

Ylivainio Tiina

TULKAA LASTEN KALTAISIKSI

Järvi-Kuopion seurakunnan perheillat

Opinnäytetyö

CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU

Yhteisöpedagogi (AMK), kirkon nuorisotyö

Toukokuu 2018

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Toukokuu 2018	Tekijä/tekijät Tiina Ylivainio
Koulutusohjelma Yhteisöpedagogi (AMK), kirkon nuorisotyö		
Työn nimi TULKAA LASTEN KALTAISIKSI Järvi-Kuopion seurakunnan perheillat		
Työn ohjaaja KM Sari Virkkala		Sivumäärä 39+4
Työelämäohjaaja Nuorisotyönohjaaja Markku Holopainen, Järvi-Kuopion seurakunta		
<p>Tein opinnäytetyöni hankkeistettuna Järvi-Kuopion seurakunnalle. Opinnäytetyöni oli tarkoitus kehittää Järvi-Kuopion seurakunnan perhetyötä. Tavoitteena oli mahdollistaa Järvi-Kuopion seurakuntalaisille kaksi perheiltä, joissa aiheena käsiteltiin kiintymyssuhdeteoriaa ja psykologi Daniel A. Hughesin kehittämään PACE-asennetta. PACE-asenne on vuorovaikutteinen menetelmä, jossa aikuinen luo lapsen turvallisen yhteyden.</p> <p>Tavoitteena oli myös luoda perheille mahdollisuus kokea yhteisöllisyyttä ja lisätä tietoisuutta kiintymyssuhteen merkityksestä niin seurakuntalaisille ja perheille kuin kirkon kasvat- tus- ja perhetyössä työskenteleville.</p> <p>Perheillat toteutuivat suunnitellusti 14.3. ja 11.4.2018. Molempiin perheiltoihin osallistui keskimäärin kaksikymmentä henkilöä.</p> <p>Prosessin arvioinnissa käytettiin osallistujilta kerättyä kirjallista palautetta sekä työelämän-ohjaajan antamaan kirjallista ja suullista palautetta.</p> <p>Palautteen mukaan perheiltään osallistujat kokivat perheillat myönteisenä ja osallistujat saivat uutta tietoa kiintymyssuhdeteoriasta ja PACE-asenteesta. Perheilloja toivottiin myös jatkossa lisää ja prosessin tavoitteet toteutuivat hyvin.</p>		

Asiasanat DDP-terapia, kiintymyssuhdeteoria, kiintymyssuhdemallit, kirkon perhetyö, PACE-asenne.

Centria University of Applied Sciences	Date May 2018	Author Tiina Ylivainio
Degree programme Bachelor of Humanities, Community Educator		
Name of thesis BECOME LIKE LITTLE CHILDREN Family evenings in the Järvi-Kuopio parish.		
Instructor M.Ed Sari Virkkala	Pages 39+4	
Supervisor Youth worker Markku Holopainen, the parish of Järvi-Kuopio		
<p>This bachelor thesis was made for Järvi-Kuopio church. The objective of this bachelor thesis was to develop family work at the Järvi-Kuopio parish. The aim was to allow parishes at the Järvi-Kuopio parish churches to discuss the attachment theory and the development of the PACE-attitude by the psychologist Daniel A. Hughes. The PACE attitude is an interactive method in which an adult creates a safe connection to a child. The aim was also to create families with the opportunity to experience communality and to increase the awareness of the importance of attachment among the parishioners and families well as among the parish workers.</p> <p>Family evenings were arranged on 14 March and 11 April. Two events had an average participation of 20 families.</p> <p>Written feedback from participants was collected to measure the results of the program. A meeting was also held with a parish worker to evaluate and communicate feedback on the program's fulness.</p> <p>According to feedback the participants felt the family evenings were nice the participants received additional information on the attachment theory and the PACE-attitudes. The participants also hoped there would be Family evenings in the future and the process objectives were achieved.</p>		
Key words DDP-therpy, attachment, attachmen patterns, church family welfare work, PACE-attitude		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Opinnäytetyössäni käytän äidin, isän ja vanhemman käsitteiden rinnalla myös termiä kiintymyshahmo. Lapsen lähin kiintymyshahmo on tavallisesti lapsen äiti, mutta kiintymyssuhdeteorian mukaan kiintymyshahmo voi olla myös joku muu.

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	KEHITTÄMISTEHTÄVÄT	3
3	KEHITTÄMISYMPÄRISTÖN KUVAUS	5
4	PERHETYÖ SUOMEN EVANKELISLUTERILAISESSA KIRKOSSA	7
4.1	Kirkon perhetyö on kokonaisvaltaista kohtaamista	8
4.2	Seurakunta apuna elämän voimavara-alueilla	8
4.3	Neljä värikästä ikkunaa	9
5	KIINTYMYSSUHDETEORIA.....	11
5.1	Kiintymyskäyttäytyminen muuttuu lapsuudessa	12
5.2	Kiintymyssuhdemallit.....	14
5.2.1	Turvallinen kiintymys.....	15
5.2.2	Välttelevä kiintymys	15
5.2.3	Ristiriitainen kiintymys	16
5.2.4	Organisoimaton kiintymys.....	17
5.3	Kiintymyssuhteiden vaurioiden syyt.....	17
5.4	Traumakokemus	19
6	DDP-VUOROVAIKUTUSTERAPIA.....	20
7	PACE-ASENNE.....	21
7.1	Leikkisyys vuorovaikutuksessa	22
7.2	Hyväksyvä asenne.....	23
7.3	Aito uteliaisuus.....	23
7.4	Empaattisuus luo turvaa.....	24
7.5	Rakkaus lapseen	25
8	PERHEILTOJEN TOTEUTUS	27
8.1	Ensimmäinen perheilta	27
8.2	Toinen perheilta	29
8.3	Palaute perheilloista	31
8.4	Opinnäytetyöni ohjaajan palaute ja itsearvio	32
9	POHDINTA	34

LÄHTEET.....37

LIITTEET

1 JOHDANTO

Turvallinen kiintymyssuhde tukee lapsen kehitystä kokonaisvaltaisesti. Lapsen turvallista ja kokonaisvaltaista kiintymystä hoitavaan aikuiseen voidaan verrata talon perustuksiin. Kun talonperustukset ovat kunnossa, talo on kestävä. Samalla tavalla myös lapsen kokema turvallinen kiintymyssuhde luo aikuisuuden mielenterveyden perustan. (Rusanen 2011, 20.) Turvallinen kiintymyssuhde tukee ja kehittää lapsen älyllistä kehitystä, itsetuntoa, emotionaalista säätelyä, sosiaalisia taitoja, empatiaa sekä viestinnällisiä ja kielellisiä taitoja. (Hughes 2011, 20.)

Evangelisluterilaiseen kasvatustyön pääpiirre on, että ihminen nähdään arvokkaana Jumalan kuvaksi luotuna ja ainutlaatuisena sellaisena kuin hän on, ilman suorittamista tai ansioita. Kirkon kasvatusarvoihin kuuluu se, että jokaisella on oikeus kehittyä ja oppia ilon kautta ja saada tukea kasvuun. (Kirkon perhetyö 2013.) Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli tukea evangelisluterilaisen kirkon perhetyötä. Opinnäytetyön tavoite oli lisätä niin seurakuntalaisten ja perheiden kuin kirkon kasvatus- ja perhetyön työntekijöiden tietoisuutta kiintymyssuhteen merkityksestä.

Minulla on noin kahdeksan vuoden työkokemus ohjaustehtävistä lastensuojelunlaitoksissa ja erityistarpeita vaativien nuorten kanssa työskentelystä. Olen toiminut myös sijaisvanhempana. Olen havainnut lasten ja nuorten sekä perheiden parissa työskennellessäni sen, miten vuorovaikutussuhteella ja kiintymyssuhteella on suuri vaikutus identiteetin kehitykseen. Kiintymyssuhde ja siihen liittyvät häiriöt vaikuttavat kokonaisvaltaisesti niin lapseen ja nuoreen kuin koko perheen dynamiikkaankin. Olen kokenut, että leikkisyys on ollut oiva apu kasvatuksellisissa haasteissa sekä tukemassa vahvasti kiintymyssuhdetta ja parantamassa vuorovaikutusta.

Opinnäytetyöni oli toiminallinen. Suunnittelin ja toteutin kaksi perheiltaa Järvi-Kuopion seurakunnalle. Iltojen tärkein tavoite oli korostaa perheiden yhteenkuulumisen tunnetta, antaa

työkaluja perheiden arkeen erilaisissa elämäntilanteissa ja erityisesti tuoda esille leikkisyyttä arjen kasvatushaasteissa. Viitekehyksenä käytin DDP-kiintymyssuhdeteoriasta (vuorovaikutteinen kehityopsykoterapia) erityisesti PACE-asennetta (leikkisyys, hyväksyntä, uteliaisuus, empatia), jonka avulla voidaan parantaa kaikenlaista vuorovaikutusta. Koska kiintymyssuhdeteoria on aiheena hyvin laaja, tavoitteeni oli tiivistetysti antaa uutta näkökulmaa ja yhdessä innostaa perheitä keskustelemaan ja pohtimaan näitä kasvatuksellisia asioita, luoden samalla yhteisöllisyyttä.

Opinnäytetyöni vahvin teoriapohjan perusta oli kiintymyssuhde ja Dan Hughesin 1980-luvulta lähtien kehittämä PACE-asenne. Suurin osa Dan Hughesin teoksista on tarkoitettu lastensuojelun tarpeisiin sekä kiintymyssuhdehäiriökäyttäytymistä havaitsevien aikuisten tuuksi. DDP-materiaali on kuitenkin paljon laaja-alaisempi, ja näkemykseni mukaan teoriapohja sopii hyvin myös seurakunnan syvälliseen sekä kokonaisvaltaiseen kasvatustyöhön ja erilaisiin kohtaamisiin.

2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄT

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli vahvistaa Järvi-Kuopion seurakunnan perhetyötä ja tuoda lisää tietoisuutta kiintymyssuhdeteoriasta sekä perheille että seurakunnan työntekijöille. Opinnäytetyöni käsittelee kiintymyssuhteen merkitystä lapsuudesta aikuisuuteen ja sitä, miten kiintymyssuhdevauriot vaikuttavat käyttäytymiseen ja mielenterveyteen. Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli myös antaa työkaluja perheille ja ennaltaehkäisevästi tuoda lisää tietoutta uusista tutkimustuloksista sekä kertoa, että millä tavoin kiintymyssuhdevauriot syntyvät.

Oma asenne vaikuttaa siihen, miten ihminen suhtautuu toisiin ihmisiin ja tilanteisiin. Negatiivisuudella luomme ilmapiiriä, jossa on virheet ja epäonnistumiset korostuvat, sisäinen kriitikkomme herää ja on jatkuvasti valppaana raportoimassa virheistämme. (Keisala, Matikka, Tahkola, Muukkonen & Sellergren 2016, 37.) Ajatus opinnäytetyön aiheesta nousi osittain omasta tarpeestani ja kiinnostuksestani saada lisää tietoa kiintymyssuhteesta ja erityisesti Daniel A. Hughesin kehittämästä PACE-asenteesta. Olen työskennellyt kesästä 2017 lastensuojelulaitoksessa, jonka toiminta perustuu kiintymyskeskeiseen ajatteluun ja erityisesti Hughesin kehittämään PACE-asenteeseen. Kyseisen lastensuojelulaitoksen toimintamalli perustuu suhteen luomiseen yhteisen ilon kautta, aikuisen luoman leikillisyyden ja huumorin välityksellä.

Näkemykseni mukaan PACE-asenteella ja kiintymyssuhdeajattelulla on paljon yhtäläisyyttä myös evankelisluterilaisen seurakunnan tekemässä monitahoisessa perhetyössä ja kirkon perhetyön tavoitteissa. Työntekijät pääsevät kohtaamaan monenlaisissa elämäntilanteissa olevia perheitä ja ovat mukana elämän suurissa hetkissä. Kohtaamisen syvin olemus on se, että ihminen hyväksytään aina ehdoitta, ymmärryksen ja rakkauden kautta, ja kohtaamisessa luodaan suhde yksilöllisesti.

Kohtaaminen on useimmiten hyvin arkista ja tavallista kanssakäymistä. Silloinkin, kun kohtaaminen tapahtuu työntekijän ja asiakkaan välillä, sen perusta on ihmisyydessä ja kanssakulkemisessa. Ihminen saattaa joskus työssään ryhtyä tavoittelemaan jonkinlaista erityistä kohtaamista ja lähimmäisyyttä tunteakseen itsensä ammattilaiseksi, ja silloin lähimmäisyyden tavoittelemisesta saattaa tulla suorite. Elämänsä ongelmien ja hämmennyksen keskellä ihminen kaipaa kuitenkin eniten sitä, että joku kuuntelee hänen tarinaansa perääntymättä. (Mattila 2007, 24.)

3 KEHITTÄMISYMPÄRISTÖN KUVAUS

Tämän opinnäytetyön tilaajana on Järvi-Kuopion seurakunta. Toteutus tapahtui Tuusniemen alue seurakunnassa.

Järvi-Kuopion seurakunta syntyi vuoden 2011 Juankosken, Riistaveden, Kaavin, Tuusniemen ja Vehmersalmen seurakunnista. Nykyään Järvi-Kuopion seurakuntaan kuuluu jo kahdeksan alue seurakuntaa, sillä Järvi-Kuopion seurakuntaan on vielä liitetty Nilsiä, Muuruvesi ja Säyneinen. Riistaveden kirkko toimii Järvi-Kuopion seurakunnan pääkirkkona, mutta jokaisessa alue seurakunnassa on jumalanpalvelus/messu joka sunnuntai. Järvi-Kuopion seurakunnan kirkkoherrana toimii Reijo Leino ja seurakunnan jäsenmäärä vuoden 2017 alussa oli 17304. Järvi-Kuopion seurakunta kuuluu Kuopion seurakunta-yhtymään. (Tuusniemi muuntuu moneksi.)

Tuusniemen alue seurakunnan pappina toimii Paula Hagman-Puustinen, nuorisotyönohjaajana työskentelee Markku Holopainen, lastenohjaajana toimii Sirpa-Liisa Pelkonen ja diakonin virassa työskentelee Minna Puustinen. Lisäksi Tuusniemen alue seurakunnassa työskentelee toimistosihteerinä Anita Hallikainen, kanttori Aliisa Lukkari-Syrjäniemi, seurakuntamestari Timo Rätty ja hautausurakoitsija Ulla Laukkanen. (Kuopion ev.lut. seurakunnat.)

Järvi-Kuopion tiimiryhmä päätyi palaverin ja pohdinnan jälkeen siihen, että Tuusniemen alue seurakunta olisi sopiva paikka toteuttaa opinnäytetyö, koska Tuusniemen alue seurakunnan perhetyö on aktiivista. Opinnäytetyön oli tarkoitus olla toiminnallinen, jotta tiimiryhmän pohdintojen ja kokemuksen perusteella perheiltöihin saataisiin näin ollen ehkä paremmin osallistujia juuri Tuusniemellä. Lisäksi keskustelin Kaavin alue seurakunnan nuorisotyönohjaajan Olli Inkisen ja kasvatuksen pappina toimivan Marjaana Mäkisen kanssa, jotka toivat omaa vahvaa näkemystään siitä, että Tuusniemen alue seurakunta olisi sopiva vaihtoehto tämän

tyyppiseen opinnäyteyöhön. Perheiltojen ideaa puolsi Marjaana Mäkinen. Työelämänohjaajaksi valikoitui Markku Holopainen, joka toimii Tuusniemen alue seurakunnan nuorisotyönohjaajana. Hän on ollut myös minun seurakuntaharjoitteluni ohjaaja, joten yhteistyö hänen kanssaan on jo ennestään tuttua. Perheiltojen tilaksi valittiin luontevasti Tuusniemen seurakuntakoti ja kerhotilat. Iltoihin oman tukensa ja panoksensa antoi myös Kaavin nuorisotyönohjaaja Olli Inkinen, joka vastaa osaksi Järvi-Kuopion seurakunnan perhetyöstä.

4 PERHETYÖ SUOMEN EVANKELISLUTERILAISESSA KIRKOSSA

Kulttuuri säätelee käsityksiä siitä, mitä kutsutaan perheeksi. Suomalaisessa kulttuurissa erotetaan yleensä perhe ja sukulaiset. Perheeseen katsotaan kuuluvan vain kotona asuvat lapset ja vanhemmat. Tilastokeskuksen mukaan taas perheeksi katsotaan samassa taloudessa asuvat henkilöt sekä tilastoissa perheet luokitellaan lapsettomiin tai lasten kanssa asuviin avio- ja avopareihin ja yhden vanhemman perheisiin. (Vilén, Seppänen, Tapio & Toivanen 2010, 10.) Turvallisen ihmisverkoston merkitys on lapselle suuri ja moni suomalainen laskee isovanhempansa myös perheenjäseneksi. (Cacciatore 2010, 9.) Tämän päivän tosiasia on perhekäsitysten monimuotoisuus. Kirkon perhetyöllä tarkoitetaan kaikkea vapaaehtoistoimintaa ja sitä toimintaa jolla, tuetaan monimuotoisten perheiden ja niiden jäsenten yhteyttä, hengellistä elämää, kasvua ihmisenä, keskinäistä välittämistä ja kunnioitusta. Kirkon perhetyön tavoite on myös aina auttaa ja tukea perheitä vaikeina aikoina. (Minäkö perhetyöntekijänä, 2009, 7.)

Kirkon perhetyö perustuu Raamatun käsitykseen ihmisyydestä ja elämästä. Luterilainen kirkko pitää perhetyössä tärkeimpänä asiana sitä, että Jumala on luonut ihmisen omaksi kuvakseen ja ihminen on pelastettu pahan vallasta arvokkaalla tavalla. Luterilaisen ihmiskäsitykseen liittyy myös ajatus siitä, että ihminen on luotu yhteyteen niin Jumalan kuin toisten ihmistenkin kanssa. Raamatun käsityksen mukaan jo alusta alkaen ihminen on tarvinnut perhettä ja perheeseen on sitouduttu. Raamatussa puhutaan paljon yhteisöön kuulumisesta, lähimmäisen rakkaudesta ja jakamisesta. Raamatussa verrataan seurakunnan toimintaa perheeseen, jossa yhdessä huolehditaan toinen toisistaan. Raamatun näkemys on, että vanhemmuus on lahja ja siihen liittyy vastuun ottaminen. Vanhempien vastuuseen kuuluu erityisesti lapsista huolehtiminen, kasvun tukeminen ja ohjaus pitkäjänteisesti oikeudenmukaisemman maailman puolesta toimimiseen. (Meidän kirkko - kasvamme yhdessä 2010, 5-7.)

4.1 Kirkon perhetyö on kokonaisvaltaista kohtaamista

Martti Luther omalla toiminnallaan avasi perheen ja erityisesti vanhemman tehtävää. Luther oli alun alkujaan munkki, joka työskenteli luostarissa teologian tohtorina ilman omaa perhettä. Hänelle kuitenkin valkeni tutkittuaan Raamattua, ettei hänen tarvinnut elää luostarissa naimattomana vaan hän perusti perheen nunna Katariina von Boran kanssa. Luther oli aikanaan radikaali ajattelija. Hänestä tuli uskonpuhdistaja ja siinä sivussa hän vietti paljon aikaa perheensä parissa ja lastensa kanssa leikkien. Luther laittoi oman aikansa käsitykset ja arvot uusiksi. Hänen kerrotaan sanoneen, että tärkeämpää on kasvattaa lapsensa kuin rakentaa kirkkoja ja että vanhempien tärkein tehtävä on antaa lapsillensa huolenpitoa sekä lapsista huolehtiminen on itsessään tärkeää Jumalan työtä. (Kinnunen 2011, 12-13.)

Kirkko on määritellyt itselleen neljä perustehtävää ja linjausta: kasvatus, julistus, lähetys ja palvelu. Näitä perustehtäviä toteutetaan seurakunnan toiminnassa ja seurakuntaelämässä. Kasvatustehtävää ei nähdä irrallisena osana, vaan kasvatus nähdään kokonaisuutena elämän ikäisenä prosessina. Kirkko haluaa tukea kaiken ikäisiä ja sitä, että kaikenikäiset kohtaisivat toisensa. (Meidän kirkko - kasvamme yhdessä 2010.)

4.2 Seurakunta apuna elämän voimavara-alueilla

Kaikilla lapsilla ei ole tukevaa ja hyvinvoivaa perhettä. Elämässä sattuu ja tapahtuu, ja elämään kuuluvat myös vastoinkäymiset. Joskus perhettä rasittaa erouhka, sairaudet, muutto tai jokin vastaava ristiriita ja perheen tilanteiden vaikutukset ihmisen elämään voivat olla suuria. (Cacciatore 2010, 14.) Yksilön tasapainoinen psyykkinen ja sosiaalinen kehitys edellyttää turvallista kasvuympäristöä, riittävää huolenpitoa ja vuorovaikutusta. (Sääski 2008, 191). Seurakunnat

pyrkivät aina tarjoamaan laadukasta ja turvallista toimintaa jäsenilleen. Turvallisuudella tarkoitetaan ihmisen fyysistä ja psyykkistä kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kirkon erilaisissa turvallisuussäädöksissä on kiinnitetty paljon tähän asiaan huomiota. (Jansa 2010, 273-274.)

Raisa Cacciatore (2010) on kuvannut Iso ja vielä pieni -teoksessa neljää voimavara-aluetta; -minä itse, yhteisöllisyys, ystävyys ja perhe. Nämä kaikki yksilön pärjäämistä määrittävässä nelikentässä tasapainoilevat ja kannattelevat ihmiselämää ja ovat tukena eri elämänvaiheissa. Minä itse -käsitteellä tarkoitetaan tässä yhteydessä kokonaisterveyden osa-aluetta, itsetuntoa, psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia. Yhteisöllisyys ja ystävyys tuovat voimaa ja varmuutta ja ovat tukemassa hyväksytyksi tulemisen kokemusta. On tärkeää, että jokainen saa kokea hyväksyntää ja jakaa elämäänsä myös muiden kuin perheenjäsenten kesken. Perheen merkitys on erittäin suuri. Lapselle on tärkeää, että hänellä on koti, jossa hän saa olla oma itsensä ja jossa häntä kannustetaan, lohdutetaan ja tuetaan. Jokainen näistä nelikentän osista on yhtä arvokas ja tärkeä osa yksilön hyvinvointia ja näiden merkitys vaihtelee eri elämäntilanteissa. (Cacciatore 2010, 14-15.)

4.3 Neljä värikästä ikkunaa

Suomen evankelisluterilaisen kirkko hallituksen julkaisussa, seurakunnan perhetyötä kuvataan neljän ikkunan avulla. Ensimmäinen, keltainen ikkunan kuvaa iloa ja oppimista. Tämä ikkuna kuvaa kaikkea sitä perhetyötä ja kohtaamisia, joissa on kiva olla mukana yhdessä oppien ja jakaen kokemuksia toisten seurassa. Tämän kaltainen perhetyö on yhteistä tekemistä, esimerkiksi musisointia yhdessä, keskustelua, hiljentymistä, retkeilyä tai vaikka perhemessujen järjestämistä. Tärkeintä on, että osallistujien on mahdollista nauttia toistensa yhdessäolosta. (Minäkö perhetyöntekijänä? 2009, 24.)

Toinen, vihreä ikkuna kuvaa vahvistamista. Tällä tarkoitetaan ennakointia vaikeissa elämäntilanteissa. Vahvistaminen tarkoittaa tässä yhteydessä jo olemassa olevan lujittamista. Seurakunnan perhetyön tarkoitus on vahvistaa jo olevaa tietoisuutta ja tukea ja perheitä eri elämänvaiheissa. Seurakunnan perhetyön tavoitteena on olla tukemassa ennakoivasti perheiden erilaisissa elämäntilanteissa. Tällaisilla elämänvaiheilla viitataan perheen sisällä tapahtuviin muutoksiin, esimerkiksi lapsen syntymään, elämää murrosikäisen kanssa tai, kun lapsi muuttaa kotoaan pois ja vanhemmat kokevat tyhjän pesän vaiheen. (Minäkö perhetyöntekijänä? 2009, 25.)

Kolmas, oranssi ikkuna kuvaa ennaltaehkäisevää ja korjaavaa perhetyötä. Varhaisella puuttumisella ja avun tarjoamisella pyritään auttamaan koko perhettä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että asioihin puuttumisella voidaan ohjata ammattiavun piiriin ja tällä tavoin estetään tilanteen paheneminen ja apu saadaan jo hyvissä ajoin. (Minäkö perhetyöntekijänä? 2009, 24.)

Viimeinen eli neljäs, violetti ikkuna kuvaa ongelmien työstämistä ja kriisiapua. Tämä perhetyönmalli pureutuu isompiin ongelmiin ja kriiseihin. Kotikäynnit, kertaluonteiset tapaamiset, pitkä-kestoinen työskentely ja vertaisryhmät ovat tämän ikkunan perhetyön esimerkki työmuotoja. Kirkon perheneuvonta on erikoistunut auttamaan erilaisissa kriiseissä ja ongelmissa perheitä, pariskuntia ja ihan yksittäisiä perheenjäseniä. (Minäkö perhetyöntekijä? 2009, 25.)

5 KIINTYMYSSUHDETEORIA

Kiintymyssuhde-termi on hyvin yleisluontoinen. Se kuvaa kahden yksilön välistä tunnesidettä ja siihen liittyvää laatua ja tilaa. Kiintymysjärjestelmä on biologiaan perustuva ja sen tehtävänä on varmistaa lapsen eloonjääminen. Ihmislapsi syntyy maailmaan hyvin avuttomana, toisin kuin muut nisäkkäät. Lapsi tarvitsee jatkuvasti huolenpitoa selviytyäkseen hengissä. (Becker-Weidman & Shell 2008, 38-43.)

Ensimmäisen kiintymyssuhdeteorian esitteli John Bowlby (1973, 1980, 1982). Mary Main (1986) ja Mary Ainsworth (1978) laajensivat vielä lisää John Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria tutkimuksia. Teorian mukaan vauvoilla on jo olemassa kiintymyssuhdekäyttäytymistä, jonka avulla vauvat pitävät hoitajan lähellä. (Golding 2014, 38.)

Lastenpsykiatrian erikoislääkäri Jari Sinkkonen esittelee artikkelissaan Kiintymyssuhdetoria - tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin psykiatri Jonh Bowlby tutkimusta kiintymyssuhdeteoriasta [1979]. Artikkelissa Sinkkonen viittaa Bowlbyn havaintoon siitä, että jokaisella lapsella on synnynnäinen tarve suuntautua toista ihmistä kohti ja pyrkiä vastavuoroiseen suhteeseen. Tämän ominaisuus on evoluution tulosta ja sen tarkoitus on turvata lapsen elämä. Sinkkonen jatkaa artikkelissa tuoden esille, että yleensä vauvan ja hoivaajan välille muodostuu aina jonkinlainen kiintymyssuhde. Valitettavasti aina se suhde ei ole myönteinen. Vauvat sopeutuvat monenlaisiin hoivakokemuksiin, mutta varhaiset traumat ja stressi vahingoittavat keskushermostoa. Lapsen kokema turvallisuudentunne ja hoivakokemukset kehittävät lapsen itsetuottamusta, empatiakykyä, impulssien hallintaa ja lapsen sisäistä motivaatiota. (Sinkkonen)

Kiintymysjärjestelmä on siis biologiaan perustuva, ja kiintymyksen perusmalli kehittyy ensimmäisten elinvuosien aikana. Kiinnittymisessä ilmenevät vaikeudet aiheuttavat erilaisia ongel-

mia. Terve ja turvallinen kiintymyssuhde on välttämätön, jotta lapsi kehittyy kokonaisvaltaisesti niin älyllisesti kuin tunnetasollakin. (Becker-Weidman & Shell 2014, 43.) Kiintymyksen rakentumista voidaan verrata talon perustuksiin. Samalla tavalla, kuin talon perustusten lujuus on tukevan talon edellytys, myös turvallinen kiintymyssuhde luo aikuisen mielenterveyden perustan. Turvallisen kiintymyssuhteen kehittyminen vaatii ennen kaikkea kahdenvälistä aikaa ja yhteyttä. (Rusanen 2011, 20.)

5.1 Kiintymyskäyttäytyminen muuttuu lapsuudessa

Alussa yksi kiintymyssuhde on ylitse muiden: tavallisesti vauva luo vahvimman kiintymyksen äitiinsä, mutta aikuisen status on vauvalla kuitenkin yhdentekevä. (Sinkkonen & Korhonen 2015, 39). Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys -teoksessa (2011) Rusanen esittelee kiintymiskäyttäytymistä ja, että sillä tarkoitetaan juuri lapsen vaativaa käyttäytymistä, jonka tarkoituksena on säilyttää tai lisätä läheisyyttä kiintymyshahmoon. Merkkikäyttäytymisen tarkoituksena on saada kiintymyshahmo lapsen luokse. Näitä merkkikäyttäytymisen muotoja ovat mm. itku, jokeltaminen, hymy ja elehtiminen. Lähestymiskäyttäytyminen ilmenee esimerkiksi niin, että lapsi takertuu vanhempaansa tai lapsi seuraan ja etsii vanhempaansa. (Rusanen 2011, 32.)

Jo syntymässä vauvoilla on kykyä ottaa kontaktia toisiin ihmisiin. Ensimmäisten kolmen kuukauden iässä vauvat eivät valikoi, kuka heitä hoitaa, vaan vauvat vastaavat ja reagoivat samalla tavalla jokaiseen, joka vain vastaa heidän tarpeisiin. Sensitiivinen vanhempi luo vakaat vuorovaikutusmallit lapselle. Vauvan itkiessä nälkäänsä tai epämukavaa oloansa vanhempi reagoi syöttämällä ja pyrkimällä etsimään syytä vauvan epämukavaan oloon. Vauvan ollessa valpas ja kiinnostunut vanhempi reagoi leikin ja vuorovaikutuksen avulla. Kun vauva on taas väsynyt, vanhemman tehtävä on havaita tämä ja rauhoitella lapsi nukkumaan. (Golding 2014, 41.)

3-6 kuukauden iässä vauvat alkavat osoittaa mieltymystään toisiin ihmisiin enemmän kuin toisiin. He alkavat olla valikoivia siinä, kuka heitä saa hoitaa ja pitää sylissään, tämä on merkki kiintymyssiteen alkamisesta. 3-6 kuukauden iässä vauvoista tulee yleensä vaikeammin rauhoiteltava muiden kuin muutaman tutun toimesta ja vanhemmat voivat havaita muutoksen yllättäväkin nopeasti. (Golding 2014, 41.)

6-9 kuukauden välisenä aikana kiintymyssuhde vanhempiin kehittyy vahvemmakeksi. Tässä iässä lapselle on muodostunut vahva kiintymys muutamaa aikuiseen ja lapsi voi olla pelokas toisia aikuisia kohtaan. Vauva vaatii vielä kiintymyshahmon läsnäolon siihen, että hän voi osoittaa seurallisuutta. Kuuden kuukauden ja kahden vuoden välissä kiintymyssysteemi on erittäin selkeä ja se alkaa näkyä lapsen käytöksessä esimerkiksi eroprotestina. Lapsella on vaikea ymmärtää erotilannetta ja lapsi pyrkii aktiivisesti pysymään kiintymyshahmon läheisyydessä. (Golding 2014, 41.)

Vanhemman tapa toimia vaikuttaa suoraan lapsen käyttäytymiseen. Jos kiintymyshahmo on jostain syystä torjuva, tämä aktivoi lapsen kiintymiskäyttäytymistä. Tapahtuu siis päinvastoin kuin vanhempi toivoi. Tämä ei ole koskaan lapsen ilkeyttä tai epäsosiaalisuutta vaan kykenemättömyyttä palata leikkeihin ennen kuin kiintymyshahmo tyynnyttää lapsen mielen. Aikuisen tehtävä on aina ottaa vastuu ja suojella lasta, antaa hoivaa ja läheisyyttä näissä tilanteissa. (Rusanen 2011, 32.)

2-4-vuotias lapsi on jo paljon itsenäisempi ja pystyvämpi. Lapsi alkaa tutkia ympäristöään itsenäisesti ja reviiri kasvaa vanhemmasta ja lapsi uskaltaa jo olla hieman kauempana. Taaperokäinen kuitenkin varmistaa ja vahtii kiintymyshahmoa jatkuvasti, jotta tarvittaessa lapsi voi saada turvallisen aikuisen huomion. Tätä vaihetta kutsutaan huomiotarvekäyttäytymiseksi. Kun lapsi pikku hiljaa kypsyy, lapsi kestää yhä enemmän pitempiä eroja. 3-4-vuotiaana lapsi kykenee paremmin selviämään hetkiä ilman vanhempaa. (Golding 2014, 42.)

Koulun alkaessa lapsen sisäisessä maailmassa tapahtuu paljon isoja muutoksia. Lapsi pystyy jo melko hyvin toimimaan erossa vanhemmistaan ja lapsi tarvitsee vain ajoittain vanhemman läsnäoloa. Varhaisten kiintymyskokemusten vaikutus näkyy siinä, kuinka lapsi luo kaverisuhteita sekä erilaisia ihmissuhteita ja siinä, kuinka lapsi selviää esimerkiksi oppimisesta. Nuoruusikä on haastavaa aikaa, ja nuori saattaa tarvita taas enemmän kiintymyshahmon tarjoamaa turvallisuudentunnetta. Paine kohti riippumattomuutta ja isot biologiset muutokset voivat saada ahdistuksen lisääntymään, jolloin vanhemmista tulee jälleen turvallinen perusta, johon nuori voi nojata ja jatkaa kehitystään riippumattomuuteen. Kiintymystarpeet muuttavat nuoruusiässä myös niin, että nuori lähtee etsimään uusia tunnesiteitä romanttisista suhteista. (Golding 2014, 42.)

5.2 Kiintymyssuhdemallit

Kiintymyssuhdeteorian mukaan vauvoilla on biologinen valmius muodostaa kiintymyssuhteita ja, se nähdään olevan sisäinen ja opittu malli, joka vastaa hädän ja lohdutuksen tarpeeseen. Nämä mallit alkavat näkyä lapsen toiminnassa ensimmäisen ikävuoden aikana, kun lapsi on ikään kuin sisäistänyt työskentelymallin. Työskentelymalli ohjaa lapsen käyttäytymistä suhteessa vanhempaan, ympäristöön ja toisiin ihmisiin. (Lehtovaara & Peltola 2012, 106.) Noin kahdella kolmasosalla kaikista lapsista on turvallinen kiintymyssuhde, ja tämä turvallinen kiintymyssuhde luo lapselle myönteisen kehityskaaren. (Hughes 2011, 20.)

Kiintymyssuhteiden luokittelu on kuitenkin hyvin haastavaa. Kiintymyssuhteiden luokittelusta tehdään paljon tutkimuksia ja niistä käydään vilkkaita ja kiivaitakin väittelyitä. Yleisesti on hyväksytty ajatus, että turvallisen kiintymyssuhteiden lisäksi on olemassa vielä kolme muutakin luokittelua: välttelevä, ristiriitainen ja organisoitumaton kiintymyssuhde. (Sinkkonen 2012, 90.)

5.2.1 Turvallinen kiintymys

Perusta terveelle kiintymyssuhteelle on se, että lapsi on saanut kokea turvaa ja huolenpitoa vanhemmaltaan. Lapsi on saanut kokemuksia sensitiivisestä hoidosta ja huolenpidosta. Vanhemmat ovat vastanneet ja hyväksyneet lapsen viestittämät tarpeet ja he ovat olleet suurimman osan ajasta johdonmukaisia. Kokemus sensitiivisestä suhteesta on luonut lapsen sisäiseen maailmaan työskentelymallin, jossa lapsi ajattelee itsestään rakastettavana ja lapselle on muodostunut käsitys siitä, että hänen tarpeensa ovat tärkeitä ja toiset ihmiset ovat hänestä kiinnostuneita. Lapsi oppii luottamaan ihmisiin ja näkee toiset ihmiset suojelevina ja huolta pitävinä. Tällaista lapsen sisäistä työskentelymallia kutsutaan turvalliseksi kiintymysmalliksi. (Golding 2014, 52.)

Lapset voivat jo varhain muodostaa kiintymyssuhteita useampaan henkilöön. Jokainen näistä kiintymyssuhteista on ainutlaatuinen, mutta äidillä on yleensä etulyöntiasema, sillä lapsi on alkanut jo sikiöaikana luoda ainutlaatuista suhdetta äitiinsä. Myös runsas fyysinen kontakti imetyksen yhteydessä korostaa vielä kiintymyssuhteen ensisijaisuutta. Kahden vanhemman perheessä yleensä äiti on vauvalle ylitse muiden, mutta isän rooli on kuitenkin hyvin tärkeä. Kaksi kiintymyssuhdetta on lapselle rikkaus, ja vauva oppii nopeasti, millaisia asioita tehdään äidin kanssa ja millaisia taas isän kanssa. (Sinkkonen & Korhonen 2015, 43.)

5.2.2 Välttelevä kiintymys

Toinen kiintymysmalli on välttelevä kiintymyssuhde. Välttelevän kiintymyssuhteen merkkejä on se, että lapsi pyrkii tyypillisesti vähättelemään vanhemman merkitystä ja lasta kuvataan yleensä kiltiksi ja tottelevaiseksi. Vanhempi ei osaa vastata lapsen tarpeisiin ja eikä osaa huomioida lapsen tunteita. Lapsi joka on omaksunut välttelevän kiintymyssuhdemallin, saattaa

olla taustalla tilanne, jossa lapsen tunteet ovat niin vahvoja ja luonnonvoimaisia, ettei vanhemmalla ole kykyä vastasta niihin. Lapsi on oppinut tukahduttamaan tunteitaan ja lapsi ja vanhempi ovat tunnetasoltaan etäisiä. (Lehtovaara & Peltolan 2012, 106-107.)

Tiina Lundbergin tuo esille Lasten kasvatustavat - haastattelussa professori Airi Hautamäen ajatuksia siitä, että syvällä suomalaisuudessa elää edelleen tunteita etäännyttävä ja välttelevä kiintymyssuhdemalli. Tunteita ei mielellään ilmaista ja tunteiden ilmaisu koetaan heikkoutena. Suomalaisuuteen kuuluu edelleen vahvasti ajatus siitä, ettei turhasta ei pidä valittaa ja valittaminen on pelkästään itsekästä ja huomion hakemista. Turhan takia ei pidä myöskään hakea lohdutusta, mikä on tyypillistä välttelevän kiintymyssuhteen rakentumisessa. (Lundbergin 2011.)

5.2.3 Ristiriitainen kiintymys

Ristiriitaisessa kiintymyssuhdemallissa on tyypillistä, että lapsi takertuu ahdistuneesti kiintymyshahmoonsa. Lapsi pyrkii vähättelemään itseluottamusta ja omia kykyjään. Koska lapsi keskittyy vain vanhempaansa ja on takertuva, hänen itseluottamuksena ei pääse kehittymään. (Hughes 2015, 19.) Koska lapsi on saanut vain satunnaisesti vanhempiansa huomion, hänelle on kehittynyt äärimmäiset kommunikointistrategiat erilaisiin hätätilanteisiin. Ristiriitaisen työskentelymallin sisäistänyt lapsi on oppinut saamaan huomion konfliktien avulla. Lapsi voi liioitella tunteitaan, kuten suruaan ja vihaansa. Ristiriitaisesti kiinnittynyttä lasta voidaan kuvailla voimakkaasti riippuvaiseksi ja haavoittuvaiseksi, ja lapsella on heikentynyt kyky itsenäistyä. (Rusanen 2011, 67-68.)

5.2.4 Organisoimaton kiintymys

Organisoimaton kiintymyssuhdemalli kehittyy, kun vanhemmat ovat lastansa kohtaan pelokkaita ja pelottavia. Vanhemman ollessa pelon lähde mutta samalla turva, kasvattaa tällainen kasvuympäristö lapsesta kontrolloivan. Lapsi ratkaisee sisäisen ristiriidan kehittämällä kovan itseluottamuksen ja käyttäytymisestä alkaa muodostua hallitsevaa. Lapsi on menettänyt luottamuksen vanhempaan ja on ottanut kontrollin suhteesta. (Golding 2014, 70.)

Kontrolloivasti turvaton lapsi käyttäytyy vanhempaansa kohtaan vihamielisesti tai huomiota hakemalla ja lapsi pyrkii jatkuvasti kontrolloimaan vanhempaansa. (Rusanen 2011, 69). Lapselle joka on omaksunut organisoimattoman kiintymyssuhdemallin ominaista myös se, että kontrollitarpeen lisäksi lapsi on yleensä väkivaltainen, lapsi välttelee läheisyyttä, on ahdistunut ja lapsen aggression tunnetila vaihtelee apatian ja epätoivon tunteen kanssa. Lapsella on myös vaikeuksia luoda ystävyssuhteita eikä lapsi pidä koskettamisesta. (Golding 2014, 71.)

5.3 Kiintymyssuhteiden vaurioiden syyt

Kiintymyssuhteen vaurioiden yleisempiä syitä on lapsen kaltoin kohtelu, fyysinen ja psyykkinen laiminlyönti sekä fyysinen, emotionaalinen ja seksuaalinen väkivalta. Lapsen jatkuva laiminlyönti on täysin ristiriidassa sensitiivisen ja tunnevirittyneen hoidon kanssa. Pitkään jatkunut laiminlyönti synnyttää lapselle vääristyneitä työmalleja ja aiheuttaa vakavia kiintymyssuhdehäiriöitä. (Becker-Weidman & Shell 2014, 44-45.) Tutkijat puhuvat vahingollisesta vanhemmuudesta, jolloin he viittaavat vanhempien poikkeavaan vihamielisyyteen ja negatiivisuuteen lapsiaan kohtaan. Vahingollinen vanhemmuus aiheuttaa lapselle tuhoisia seurauksia. (Rusanen 2011, 76.)

Turvallisuus on ihmisen kehittymisen lähtökohta. Koko kiintymysteoria pohjautuu turvallisuuteen. Jos ihmiseltä puuttuu turvallisuudentunne, aivot eivät toimi kunnolla. Kun turvallisuus on epävarmaa, siitä tulee silloin tärkein tavoite ja kaikki muut tuntuvat silloin vähäpätöisemmältä. Turvallisuuden tunteen luominen ja sen ylläpitäminen on lapsen kiintymyksen kohteen tärkein tehtävä. (Hughes 2011, 31-31.) Kaikkien arkielämässä tapahtuu usein asioita, jotka heikentävät turvallisuuden tunnetta. Erilaiset ristiriidat ja ennalta arvaamattomat tapahtumat horjuttavat turvallisuuden tunnetta ja lisäävät ahdistusta. Tällaiset tapahtumat eivät kuitenkaan saa isoa merkitystä, jos yksilö pystyy käsittelemään, pohtimaan ja keskustelemaan niistä toisen ihmisen kanssa. Erityisen tärkeänä nähdään, että lapsi pystyy keskustelemaan niistä kiintymyshahmonsa kanssa. (Hughes 2011, 39.)

Kiintymyssuhteen vaurioiden syntyyn on löydettävissä erilaisia tekijöitä. Äidin masentuneisuuden on havaittu lisäävän kiintymyssuhteen turvattomaksi muodostamisen riskiä. Äidin masennusta ja sen vaikutusta lapsen kehitykseen on tutkittu kymmeniä vuosia. Tutkimusten mukaan äidin masennuksella on selvä vaikutus lapsen käytöshäiriöihin sekä tunne-elämän oirehdintaan. (Korhonen & Luoma 2017.)

Jari Sinkkonen (2008) viittaa Hyvään kasvuun -teoksessaan brittiläiseen lastenlääkäri ja psykoanalytikkoon D.W. Winnicott. Winnicott tutki lapsen ja äidin suhdetta. Hän tuli siihen tulokseen, että epätäydellinen mutta rakastava ja parhaansa tekevä äiti on lapsen kannalta kaikista paras. Täydellisyyttä voidaan pitää taas hyvän vastakohtana. Täydellinen hoivaaja ehättää täyttämään lapsen tarpeet liian aikaisin, mikä taas aiheuttaa sen, ettei lapselle ehdi muodostua mitään mielikuvia. Täydellisessä hoivassa lapsen ei myöskään tarvitse nähdä minkään asian eteen vaivaa, mikä taas hidastaa aloitteellisuutta ja erilaisia taitoja. Sinkkonen jatkaa, että Winnicottin mukaan pientä vauvaa pitää aina tarkastella yhdessä äidin kanssa. Vauva pelailee ainutlaatuisuuttaan ja todellista itseään äitiinsä. Jos äiti on jatkuvasti depressiivinen tai muuten reagoimaton, pelikuva omasta itsestään häiriintyy ja kiintymyssuhteeseen voi tulla tällöin häiriö. (Sinkkonen 2008, 83-84.)

5.4 Traumakokemus

Turvallisuudentunne katoaa, jos lapsi joutuu kokemaan voimakasta äkillistä pelkoa. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi lapsen kivun kokeminen vakavan sairauden yhteydessä, lapsen kaltoin kohtelu ja hyväksikäyttö. (Hughes 2011, 40.) Akuuteissa stressitilanteissa oireet voivat alkaa saman tien ja trauman aiheuttamat oireet voivat jatkua useita päiviä. Tällaiset trauman aiheuttamat oireet voivat esiintyä shokkitilana, epätodellisuuden pelon tunteina ja aggressiona. Hyvin akuutissa traumassa jopa aistihavainnot voivat vääristyä ja tunnetasolla traumakokemuksen jälkeen kuuluu usein keinottomuuden, avuttomuuden ja syyllisyyden kokemusta. Traumakokemus tunnetaan kehollisesti voimakkaasti jännittyneisyytenä, uniongelmina ja säpsähtelynä ja trauman jälkeen kehon on vaikea rentoutua. (Sinkkonen & Korhonen, 2015, 256.) Trauma voi aiheuttaa ylivirittyneen stressitilan. Se kuluttaa voimia ja uhkaa hyvinvointia. (Väliavaara 2016.)

Kiintymyssuhdeteoria käsitetään myös traumateorian. Traumateorian mukaan eristäminen ja menetys ovat sisäsyntyisiä traumoja. (Väestöliitto). Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi saavuttaa turvallisuuden tunteen ja pystyy paremmin hallitsemaan pelkonsa tai kipunsa. Turvallinen kiintymyssuhde auttaa lasta traumareaktiota vastaan. Lapsen psyyke ei kestä, jos hän joutuu kohtaamaan ahdistuksen yksin ilman sellaisen kiintymyshahmon tukea, johon hän voi luottaa. Lapsen on tärkeä saada kokea, että aikuinen on hänen tukenaan ja jakamassa traumakokemustaan. (Hughes 2011, 40.) Kiintymyssuhdetraumalla tarkoitetaan tilanteita, joissa lapsi joutuu läheisen ihmisen traumatisoimaksi. Tällaisia tilanteita ovat lasta kohtaa tehty fyysinen ja psyykkinen väkivalta, toistuva pelästyttäminen, nolaaminen tai uhkaaminen hylkäämisellä. (Sinkkonen & Korhonen, 2015, 257.)

6 DDP-VUOROVAIKUTUSTERAPIA

Dyadic Developmental Psychotherapy (dyadinen kahdenkeskinen kehitys psykoterapia) on vuorovaikutteinen kehityspsykoterapia-menetelmä, josta käytetään lyhennettä DDP. Hoitomallin luoja on psykologi Daniel A. Hughes, joka alkoi kehittää DDP-hoitomallia 1980-luvun loppupuolella. DDP-terapia kehitettiin alun perin traumoja kokeneiden adoptio- ja sijaislasten hoitoon, lasten kehityksen ja kasvun tueksi. (Becker-Weidman 2013.) DDP-menetelmä pohjautuu kiintymyssuhdeteoriaan ja erityisesti kahden ihmisen väliseen suhteeseen. Daniel A. Hughesin vertaa lapsen ja vanhemman vuorovaikutustasuhdetta tanssiin, sillä se on lapsen ja vanhemman välinen keskinäinen liike. Hughes oli vakuuttunut siitä, että vakavista kiintymyssuhdeongelmista kärsiviä lapsia on ensisijaisesti pyrittävä tukemaan emotionaalisesti intiimiin suhteen luomisessa vanhempiin tai uusiin hoitajiin. (Becker-Weidman & Shell 2014, 22-37.)

DDP-terapiamenetelmä poikkeaa jonkin verran perinteisistä terapiasuuntauksista. Kehityspsykoterapian pitää tärkeänä lapsen hoitavan aikuisen ja lapsen välistä suhdetta ja se on avainasemassa lapsen eheyttämisen prosessin onnistumisen kannalta. Hoitava aikuinen osallistuu lapsen terapian kulkuun ja merkittävä työ tehdään terapiakäyntien välillä lapsen kodissa. Terapeutti tapaa myös säännöllisesti lasta hoitavaa aikuista kahden kesken ja voi näin ollen tukea kotona tapahtuvaa kiintymyshoitoa. (Becker-Weidman & Shell 2014, 12-13.) Terapiahoito suunnitellaan perheen tarpeiden mukaan, ja yleisenä ohjeistuksena kulkee, että hoito kestää vuodesta kahteen. Hoidossa huomioidaan myös lapsen arkiympäristö, kuten koulu tai päivähoito. (Tietotaito Group.)

7 PACE-ASENNE

Psykologi Daniel A. Hughes oivalsi, että terapeutin oma persoona yhdistettynä innostuneeseen leikkisyyteen, tukee vuorovaikutusta ja luo emotionaalisesti intiimin suhteen lapsen ja vanhemman välille. Hughes piti tärkeänä ja keskeisenä asiana suhteessa lapseen juuri asennetta. Hughes kehitti PACE-asenteen, jolla tulisi kohdata kiintymyshäiriöstä kärsivää lasta. PACE-asenne tulee englanninkielen sanoista playfulness, acceptance, curious, empathy. PACE-asenne käsittää siten neljä ominaisuutta: leikkisyys, hyväksyntä, uteliaisuus ja empatia. (Becker-Weidman & Shell 2014, 22-23.) PACE-asenne on samalla yksinkertaista, että monimutakaista, vanhempi ikään kuin virittäytyy lapseen hyväksynnän, uteliaisuuden, leikkisyyden ja empatian kautta. (Golding 2014, 244.)

PACE-asenne viittaa siis enemmän terapeutin asenteeseen, ja puolestaan PLACE-asenteella viitataan enemmän lapsen ja vanhemman/hoitajan suhteeseen. PLACE-asennelyhenteeseen on sisällytetty vielä rakkausosio (loving). (Becker-Weidman 2013, 33.)

PACE-asenteen ominaispiirteet tulevat hyvin selvästi esille vanhemman ja vauvan välisessä terveessä vuorovaikutuksessa. PACE-asenne on selvästi tällöin havaittavissa vanhemman silmistä, äänestä, kasvoista, eleistä ja kosketuksesta. Vanhempi suhtautuu vauvan eleisiin ja ilmeisiin hyväksyvästi ja osallistuu vuorovaikutteisesti tuohon ilmaisuun. Vanhempi on vastaanottavainen sille, mitä pienokainen viestii omasta sisäisestä maailmastaan. Tällainen jatkuva vuorovaikutus, huolenpito, myötätunto, hellyys, joustavuus, aktiivisuus sekä halu tutustua ja kokea asioita yhdessä lapsen kanssa syventää ja jäsentää lapsen kokemusta itsestään. (Hughes 2015, 93.)

7.1 Leikkisyys vuorovaikutuksessa

Leikkisyys heijastuu aina ilona lapsen ja aikuisen välillä, kun he tapaavat toisensa ja viettävät aikaa yhdessä. Leikkisyys on iloa ja aitoa nautintoa toistensa seurasta, ja vanhempi ja lapsi ovat ikään kuin lumoutuneita toisistaan. Leikkisyys heijastaa ehdotonta kiinnostusta toisiaan kohtaan ja se luo positiivisen ilmapiirin heidän välilleen. DDP-terapeutin tehtävänä on myös olla osallisena tätä positiivista ja ehdotonta yhteyttä ja tätä kautta etsiä vahvuuksia perheestä. (Hughes 2015, 95.) Leikkisyydellä ei tarkoiteta vain sopivien lelujen ja aktiviteettien tarjoamista, vaan leikkisyydellä rakennetaan turvallisuuden tunnetta ja se on osa vuorovaikutuksellista vanhemmuutta, jota lapset tarvitsevat. Leikin päätehtävä on yhdessäolosta nauttiminen, ja siihen sisältyy paljon positiivista vuorovaikutusta lapsen ja aikuisen välillä. (Golding 2014, 140-141.)

Huumori auttaa lasta näkemään elämän tapahtumia uudesta näkökulmasta. Yhdessä nauraminen, hellä kiusoittelu ja myönteisten tarinoiden kertominen ovat osa leikkisyyttä, mutta ne eivät kuitenkaan ole välttämättömiä aikuisen ja lapsen leikkisälle suhteelle. Leikillisten hetkien tavoite on syventää lapsen ja aikuisen keskinäistä suhdetta. Ei ole olemassa käsikirjaa, jonka mukaan pitäisi toimia, jotta leikkisyyttä syntyisi. Tärkeintä on, että aikuinen ja lapsi viihtyvät toistensa seurassa ja keskinäinen suhde on avoin. (Hughes 2011, 92.)

Lastensuojelulaitoksessa, jossa työskentelen ja jonka tavoitteet perustuvat kiintymyskeskeiseen ajatteluun, leikillisuus näyttäytyy vahvana osana nuortenkodin arkea. Tämä näkyy käytännössä niin, että yhtenä isona linjana on pyrkimys kiireettömään yhdessäoloon, jotta suhteen rakentamiseen jää riittävästi aikaa ja tilaa.

7.2 Hyväksyvä asenne

Hyväksyntä tarkoittaa tilannetta, jossa kaikki perheenjäsenet hyväksyvät toisensa sellaisinaan. Se on ennen kaikkea tuomitsematon asenne, joka hyväksyy toisen ihmisen sisäisen maailman. Hyväksyntään kuuluu se, että jokaisen ihmisen tunteet, toiveet, tavoitteet, käsitykset uskomukset ja arvot otetaan vastaan ja pyritään välttämään arviointia oikeasta ja väärästä. Arvostelu vähentää luottamusta, ja näin käy monien nuorten kohdalla, jotka ovat haluttomia kertomaan asioitaan enää vanhemmilleen, koska pelkäävät vanhempiansa arvostelevaa asennetta. (Hughes 2015, 98-99.) Hyväksyminen ilman ehtoja tarjoaa perustan turvallisuudelle ja lisää valmiutta vuorovaikutussuhteeseen. Hyväksyminen ja empatia kuuluvat aina yhteen. Kun aikuinen hyväksyy lapsen mielen ilman arviointia, vastavuoroinen suhteen maailma alkaa aueta. (Golding 2014, 152.)

Hyväksyntä ei tarkoita kuitenkaan kaiken sallimista. Lapsen käyttäytymistä ohjataan jatkuvasti. Lapsella on paljon oppimista omassa käyttäytymisessään ja aikuisen tehtävä on rajoittaa ja ohjata käyttäytymistä. Aikuisen tehtävä on keskittyä opetuksessaan ja arvioinnissa lapsen käyttäytymiseen eikä koskaan lapseen persoonaan. (Hughes 2011, 98.) Mieltä hajottava häpeän tunne kasvaa siitä, jos lasta arvostellaan ja rangaistaan hänen identiteetin kauttansa ja syyllisyyttä ei eroteta häpeästä. Syyllisyys on terve tunne ja syyllisyyttä kokeva pystyy ajan myötä korjaamaan tilanteen, koska kyse on käyttäytymisestä ja käyttäytymistä voi aina muuttaa. Häpeän kohdalla ihminen keskittyy aina omaan itseensä. (Hughes 2011, 153.)

7.3 Aito uteliaisuus

Siitä hetkestä lähtien, kun vanhemmat saavat tietää vielä kohdusta olevasta vauvastaan, he normaalisti alkavat olla hyvin kiinnostuneita siitä, kuka ja millainen heidän vauvansa on. Kun

vauva syntyy, vanhemmat ovat uteliaista tutkimaan ja tarkkailemaan vauvan ominaisuuksia. He huomaavat muutoksia kehityksessä päivittäin, ja he tarkkailevat lapsensa piirteitä, ominaisuuksiaan, ulkonäköään ja liikeitä sekä fysiologista rytmiä. Olennaista tällaisesta uteliaisuudesta on, että vanhemmat löytävät jatkuvasti jotain uutta lapsestaan ja löydettyään he antavat sen vaikuttaa itseensä. (Hughes 2011, 106.)

Utelaisuuden tarkoituksena ei ole pelkästään tiedon kerääminen, vaan uteliaisuus kohdistuu ennen muuta sen ymmärtämiseen, miten henkilö on sisäistänyt kokemuksen. Uteliaisuuteen liittyy aktiivinen kiinnostus toisen kokemusta kohtaan. PACE-asenteeseen kuuluva uteliaisuus on syvällistä viehtymystä toisen tarinaa kohtaan ja hyväksyvää oppimista toisen ihmisen sisäisestä maailmasta. Uteliaisuuteen kuuluu tunnepitoinen kohtaaminen, ja se on ymmärtämistä ilman ehtoja. Tunnepitoinen uteliaisuus välittää aina syvää empatiaa, kunnioitusta ja se synnyttää kanssakäymisessä turvallisuudentunteen. (Hughes 2015. 105-106.)

Näkemykseni mukaan, uteliaisuus käsitteellä on hieman negatiivinen leima, mutta lähemmin tarkasteltuna se on kuitenkin yksi kohtaamisen ja välittämisen peruspilari. Uteliaisuus on aitoa kiinnostusta ja empatiaa toista ihmistä kohtaan. Lapset ja nuoret ovat hyviä mittareita siinä, onko aikuinen aidosti kiinnostunut ja utelias ottamaan selvää nuoren asioista.

7.4 Empaattisuus luo turvaa

Empatia rakentaa lapselle turvallisen kiintymyksen. Lapsi kokee olonsa turvallisemmaksi, kun hänen kokemuksiaan ymmärretään. Empatia on ennen kaikkea kokemus, jossa ihminen ymmärtää toisen ihmisen tunteet ja havainnot ja hyväksyy nämä tunteet sekä reagoi häneen sopivalla tunteella takaisin. Empatia on yksi tärkeimmistä välineistä rakentaa turvallisista kiintymystä. Lapsen turvallisuuden tunne kasvaa, kun lapsen sisäinen kokemus ymmärretään ja hänet kohdataan empaattisesti. (Golding 2014, 155.)

Empaattiseen kohtaamiseen ja reagointiin kuuluvat mm. katsekontaktin ylläpitäminen, kuunteleminen ilman keskeytystä ja kritiikkiä sekä rohkaisevat sanat. Empaattista kuuntelemista kutsutaan nimellä reflektiivinen kuunteleminen. Reflektiivisellä kuuntelemisella kommunikoidaan tunnetasolla. Kommunikointi tapahtuu kasvojen ilmeiden, eleiden, sanojen ja äänensävyjen välityksellä. Tavoitteena reflektiivisellä kuuntelemisella on vastata toisen ihmiseen tunnetilaan ja pyrkiä samaistumaan toisen ihmisen tunnetilaan samanlaisella intensiteetillä. (Golding 2014, 156.)

7.5 Rakkaus lapseen

Vuorovaikutteisella kehityopsykoterapialla hoidetaan vaikeita kiintymyssuhdehäiriöitä terapian avulla. Terapiassa lapselle ryhdytään rakentamaan uutta perustaa yhdessä hoitavan aikuisen kanssa. PLACE-asenne on lasta hoitavalle aikuiselle tarkoitettu asenne, joka pohjautuu suoraan PACE-asenteesta. PACE-asenteeseen on vielä lisäksi sisällytetty vielä rakkaus (*loving*). Aikuisen ja lapsen välille pyritään rakentamaan virittäytynyt ja keskinäinen suhde ja sitä pyritään ylläpitämään jatkuvasti. (Becker-Weidman & Shell 2014, 59.) Rakkautta pidetään perustavalaatuisena asiana vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Ilman rakkautta lapsen ja vanhemman välinen suhde muuttuu epäselväksi ja koko vuorovaikutussuhde voi muuttua ohimeneväksi. Rakkaus tuo suhteeseen pysyvyyttä, turvallisuutta ja se myös korjaa suhdetta. (Hughes 2011, 119.)

Rakkauteen kuuluu vahvasti sitoutuminen. Sitoutuminen on läsnä hyvinä ja huonoina aikoina. Siitä välittyy luottamus ja usko siihen, että vanhemmat ovat aina sitoutuneita lapseen, tapahtuisipa mitä tahansa. Lapsi voi turvata siihen, että vanhemmat ovat aina läsnä lapsen elämässä. Kun vanhemmat tarjoavat pysyvän ja ehdottoman turvan, joka syntyy ehdottomasta

sitoutumisesta, lapsen on helpompi alkaa jäljitellä vanhempiansa sisäistä elämää ja heidän käyttäytymistään. (Hughes 2011, 120.) Lasta hoitavan aikuisen on tärkeä tiedostaa, että yhteyden kautta lapsi sisäistää vanhempiansa ”äänen” ja se avulla lapsi pystyy kehittämään omaa sisäistä ajattelumaailmaansa ja moraaliaan sekä hallitsemaan impulsiivisuuttaan ja kehittämään myönteistä sosiaalista toimintaansa (Becker-Weidman 2013, 33.)

8 PERHEILTOJEN TOTEUTUS

Perheillat toteutuivat suunnitellusti keskiviikkoina 14.3. ja 11.4.2018 Tuusniemen alueeseurakunnan seurakuntakodilla. Illat alkoivat klo 17.30 ja tilat olivat varattuina kahdeksi tunniksi. Osallistujia oli ensimmäisenä iltana yhteensä 16, josta aikuisia oli kahdeksan ja lapsia kahdeksan. Toisena iltana osallistujia oli yhteensä 23 ja josta aikuisia oli kymmenen ja lapsia 13.

8.1 Ensimmäinen perheilta

Kokoonnuimme nuorisotyönohjaajan Markku Holopaisen kanssa keskiviikkona jo iltapäivällä järjestämään tiloja valmiiksi iltaa varten. Tuusniemen seurakuntakodista oli varattu kaksi tilaa, monitoimitila sekä kerhotilat. Lapsille oli varattuna kerhotila, jossa lapset voisivat leikkiä valvotusti illan aikana. Monitoimitilan pöydät järjesteltiin niin, että osallistujat voivat istua ringissä. Keskusteluyhteys tehtiin näin helpommaksi ja kaikilla oli mahdollisuus nähdä Power-Point-esitys heijastettuna seinältä.

Tilaisuus alkoi kahvilla, teellä ja iltapalalla, jonka Järvi-Kuopion seurakunta tarjosi. Tervetulosanojen ja alkuesittelyn jälkeen oli vuorossa yhteislaulu, jonka nuorisotyönohjaaja Markku Holopainen säesti kitaralla. Lapset siirtyivät hyvin omatoimisesti tuttuun kerhotilaan leikkimään lastenvahdin kanssa. Tilaisuuden alussa kerroin lyhyesti myös käytännöistä ja muistutin, että ilta on suunniteltu juuri perheitä varten, joten turha virallisuus ei olisi tarpeen. Kahvia ja iltapalaa oli tarjolla koko illan ajan ja jokainen sai aina halutessaan käydä ottamassa lisää. Kerroin myös siitä, että lapset ovat etusijalla ja lapset voivat aina halutessaan tulla vanhempiensa luokse monitoimitilaan. Monitoimitilaan olin varannut väritystehtäviä, värikyniä ja paperia, jotta lapsilla olisi jotain pientä puuhaa, jos he haluaisivat viettää aikaa vanhempiensa kanssa.

Yhteislaulun jälkeen vuorossa oli tutustuminen, ja siihen olin varannut tutustumisleikin. Leikki alkoi sillä, että jokainen vanhempi sai ottaa korista kaksi numeroa ja numeron mukana tuli pieni helppo kysymys, johon kukin sai vuorollaan vastata. Kysymykset olin valikoinut niin, että jokainen pystyi kertomaan omasta elämästään kevyellä otteella.

Kysymysten tarkoitus oli keventää aluksi tunnelmaa. Tavoitteena oli, että perheiltään osallistujat oppisivat tuntemaan hieman toinen toisiaan ja tavoitteena oli avata myös keskusteluyhteyttä. Kysymysten aiheina oli harrastukset ja persoonalliset piirteet, kuten esimerkiksi millaisen uuden taidon olet aina halunnut oppia?

Kysymysten jälkeen annoin vanhemmille Elämäni puu -väritys- ja piirustustehtävän. Tehtävän tavoitteena oli tarkastella omaa elämää ja löytää oivalluksia ja erilaisia näkökulmia siihen, miten menneisyys on muovannut minuutta. Elämäni puuhun oli tarkoitus sijoittaa lapsuuden tärkeitä ihmisiä, mieleen jääneitä elämän tapahtumia, iloja ja murheita. Tehtävän annossa korostin erityisesti sitä, että jokainen saa rakentaa puusta sellaisen, kuin haluaa ja tuoda niitä asioita esille, jotka tuntuvat luontevalta kertoa parille illan lopuksi. Tehtävään annoin aikaa noin 10 minuuttia. Lisäohjeistuksena kerroin, että tehtävää saa jatkaa myös seuraavan PowerPoint-esityksen ja keskustelun ajan.

PowerPoint-esitys alkoi teologisella alustuksella, johon olin valinnut neljä lyhyttä Raamatun kohtaa. Teologisen alustuksen pääteemana oli muistuttaa siitä, että Jumala katsoo omaa lastansa aina rakastavasti ja hyväksyvästi. Seuraavana olin valmistellut PowerPoint-esityksen, joka esitteli kiintymyssuhdeteoriaa ja sen historiaa. Esityksessä kävin läpi sitä, mitä on terve kiintyminen ja miten se luodaan. Toin esille myös lastenkasvatukseen liittyviä myyttejä, ja tästä aiheesta käytiin yhdessä laajempi keskustelu. PowerPoint-esityksen loppupuoli käsitteli katseen ja kosketuksen merkitystä sekä toi tietoa DDP-vuorovaikutteisesta kehitysterapiasta ja erityisesti Daniel A. Hughesin luomasta PACE-asenteesta.

Powerpoint-esityksen aikana, pysähdyimme myös keskustelemaan aiheista ja esittelin myös lähdemateriaalin. Teoriaosion päätyttyä jakaannuimme vielä pareihin jaannon vielä tarkemman ohjeistuksen Elämäni puu -tehtävästä ja miten sitä käydään läpi parin kanssa. Ensimmäinen ilta päättyi noin klo 19.30, ja lopuksi halukkaat saivat vielä täyttää palautelomakkeen anonyymisti.

8.2 Toinen perheilta

Toinen perheilta toteutui suunnitellusti ja perheiltaan saapui kaiken kaikkiaan 23 henkilöä. Aikuisia oli kymmenen ja lapsia kolmetoista.

Nuorisotyönohjaajan Markku Holopaisen kanssa kokoonnuimme taas iltapäivällä valmistelemaan perheiltaa. Asettelimme pöydät ja tuolit samalla tavoin monitoimitilassa kuin edellisellä kerralla, valmistelimme iltapalatarjottavat, keitimme kahvit ja teet valmiiksi. Iltaa varten tulostin myös tehtävät ja materiaalit. Lapsille oli lisäksi varattu tikkareita ja ilmapalloja.

Ilta alkoi samoissa merkeissä kuin edellisellä kerralla. Ilta alkoi kahvi-, tee- ja iltapalatarjoilulla, jonka jälkeen lapset menivät lastenhoitajan kanssa kerhotilaan. Osa pienemmistä lapsista jäi vanhempiensa kanssa monitoimitilaan. Markku Holopainen säesti alkulaulun ja-, rukouksen, ja yhdessä rukoiltiin Isä meidän rukous. Tämän jälkeen luin yhden Raamatunjakeen (Stefanja 3:17) ja toivotin väen tervetulleeksi.

Ilta jatkui tutustumisella. Iltaan oli saapunut nyt uusia kasvoja, joten otin tutustumisleikkejä myös tämän illan alkuun. Aluksi jaoin vanhemmille paperit, jossa oli yli 30 adjektiivia, josta jokainen sai tehtäväkseen ympyröidä itseänsä kuvaavat neljä adjektiivia ja kirjoittaa paperiin myös oman nimensä. Tämän jälkeen paperit vaihdettiin vieressä istujan kanssa ja vierustoveri esitteli perheiltaan osallistujan muulle ryhmälle. Seuraavana tutustumisleikkinä olin valinnut nimibingon. Nimibingoleikin tarkoitus on kerätä paperin ruudukkoon osallistujien nimet, ja

kun nimet ovat kirjoitettu nimibingoalustalle leikki alkaa. Nimibingossa leikinohjaajana toimin minä, ja vuorotellen kerroin osallistujien nimiä ääneen ja voittaja oli se, joka saa ensimmäisenä nimirivin täyteen joko vaaka- tai pystysuoraan.

Tutustumisleikkien jälkeen kertasimme viime kerralla käytyä keskustelua kiintymyssuhdeteoriasta ja DDP-mallin mukaisesta PACE-asenteesta. Tämän kertaiseen PowerPoint-esitykseen olin koonnut DDP-vuorovaikutteisesta kehityopsykoterapiassa esiintyvää tunnevirittäytymismääritelmää sekä PACE-asenteen osalta syvennyimme nyt leikkisyyden teemaan. PowerPoint-esitykseen olin koonnut myös tietoutta häpeästä ja siihen liittyvistä tunteista sekä empatian liittyvistä ajatuksista. PowerPoint-esityksen aikana pysähdyimme keskustelemaan erilaisista kokemuksista ja kasvatukseen liittyvistä aiheista. PowerPoint-esitys loppui lähdemateriaalin esittelyyn.

PowerPoint-esityksen jälkeen oli vuorossa kuuntelemiseen liittyvä tehtävä. Olin pyytänyt viikolla ennakkoon erästä osallistujaa jakamaan illan aikana tarinan, joka liittyy kasvatukseen ja asiaan, jossa hän itse on kokenut onnistuvansa. Kuuntelijoiden tehtävänä oli kirjoittaa muistiinpanoihin tunteita sekä adjektiiveja, joita he näkivät tarinan kertojasta ja millainen vaikutelma tarinankertojasta huokui. Tehtävänä oli siis löytää onnistumisen kokemukseen liittyviä teemoja ja asiat, jotka olivat vaikuttaneet onnistumiseen.

Perheilta päättyi tietovisaan, jonka kysymykset liittyivät kotiteemaan. Tietokilpailu toteutettiin pareittain. Perheillan päätyttyä osallistujat (vanhemmat) saivat taas antaa palautetta illasta anonyymisti.

8.3 Palaute perheilloista

Keräsin perheiltojen päätteeksi palautteet osallistujilta kirjallisena. Palautelomake oli tarkoitettu vanhemmille, ja palautelomake täytettiin anonyymisti. Ensimmäiseen perheiltaan osallistui kahdeksan aikuista ja kahdeksan lasta. Toiseen perheiltaan osallistui kymmenen aikuista ja kolmetoista lasta. Yhteensä molemmista illoista palautetta sain seitsemältätoista osallistujalta.

Palautteista kävi ilmi, että kaikki (17/17) palauteenantajat olivat täysin samaa mieltä ja tyytyväisiä illan ryhmän ohjaukseen, tilojen käytännöllisyyteen, perheillan sisältöön ja illan sisältöä pidettiin mielenkiintoisena. Perheillan yksi tavoite oli antaa tietoutta kiintymyssuhteen merkityksestä ja kaikkien vastanneiden (17/17) mielestä tämä tavoite täyttyi hyvin. DDP-vuorovaikutteinen kehityopsykoterapiamenetelmä ja PACE-asetus eivät olleet suurimmalle osalle tuttuja käsitteitä.

Palautteesta kävi myös ilmi, että keskusteluusiosta pidettiin hyvänä ja tärkeänä. Eräässä palautteessa toivottiin, että aihetta olisi voinut vielä syventää ja antaa enemmän aikaa keskusteluun. Samanlaisia perheiltoja toivottiin lisää ja erityisesti kiitettiin toisen illan onnistunutta rentoa tunnelmaa ja keskusteluissa syntynyttä ilmapiiriä pidettiin kyseisenä iltana hyvänä. Ensimmäisen perheillan yhdessä palautteessa toivottiin, että keskustelua olisi hieman rajoitettu. Palautteiden mukaan illan aikana tuli sopiva määrä uutta tietoa, mutta olisi toivottu tiivistelmää, jonka jokainen olisi saanut mukaan. Muunlaista kehittämisideaa ei tullut. Kaikki (17/17) palautteiden antajat suosittelivat iltaan osallistumista ja tarjoilu nähtiin tärkeänä osana perheiltaa.

8.4 Opinnäytetyöni ohjaajan palaute ja itsearvio

Opinnäytetyöni toteuttamiseen sain tukea ja ohjausta opinnäytetyöni ohjaajalta Markku Holopaiselta ja omalta opinnoista vastaavalta opettajalta. Markku Holopainen ja toimistosihteeri Anita Hallikainen avustivat perheilojen mainostamisessa. Perheiloja mainostettiin Kuopion ja Siilinjärven evankelisluterilaisessa Kirkko ja koti -lehdessä sekä Savon Sanomien Järvi-Kuopion seurakunnan omassa ilmoitusosiossa. Mainos julkaistiin myös Järvi-Kuopion seurakunnan internetsivustolla, Tuusniemen alue seurakunnan ilmoitustaululla ja Tuusniemen kunnan ilmoitustauluilla. A4-kokoinen mainosjuliste lähetettiin myös sähköpostilla Järvi-Kuopion muille seurakunnan nuorisotyönohjaajille ja perhetyössä oleville seurakunnan työntekijöille. Itse mainostin perheiloja vielä paikallisilla Facebook-kanavilla. Perheilojen mainostamisessa olisi ollut hyvä ottaa huomioon se, mikä ajankohta Facebook-kanavilla on mainostamisessa olisi ollut ihanteellinen, sillä viikko ennen ensimmäistä perheiloja todettiin liian pitkäksi väliksi. Palautteissa kävi ilmi, että suurin osa oli saanut tiedon perheilloista henkilökohtaisesti.

Markku Holopaisen kanssa tapasimme kaksi kertaa ennen perheilojen toteutumista, kävimme myös aiheesta sähköpostikeskustelua ja soittelimme aiheesta muutaman kerran.

Markku Holopaisen kanssa kävimme molempien iltojen jälkeen pienen palautekeskustelun. Holopainen antoi palautetta, että molemmat illat olivat hyvin suunniteltu ja toteutus onnistunut. Markku toi esille myös, että vaikka iltojen teema oli hyvin henkilökohtainen ja kasvatust asiat voivat olla herkkä aihealue, silti tunnelma pysyi kuitenkin hyvin keveänä molemmissa illoissa.

Kokonaisuudessaan perheilojen toteutus oli antoisa ja opettavainen kokemus. Perheilojen suunnittelu ja toteutus oli mielenkiintoista ja erityisesti pidin siitä, että sain perheilojen suunnittelussa toteuttaa itselleni tärkeää aihetta. Yhteistyö sekä Järvi-Kuopion seurakunnan että nuorisotyönohjaajan Markku Holopaisen kanssa oli saumatonta ja antoisaa. Holopainen antoi minulle vapaat kädet suunnitella ja toteuttaa perheillat. Arvostus oli molemmin puolta ja

yhteiset tavoitteet perheilloista toteutuivat hyvin. Tärkeänä asiana näin perheiltojen toteutuksessa myös lastenhoitajanroolin, sillä tämä mahdollisti vanhemmille keskustelurauhan. Tuusniemen alue seurakuntakodin tilat toimivat perheiltojen tilaisuuksissa erinomaisesti. Koen, että opinnäytetyö kehitti ammatillisia yhteistyö-, suunnittelu-, kehittämis- ja johtamisistaitoja. Opinnäytetyöprosessi lisäsi eniten itsevarmuuttani ja pääsin hyvin syventymään kiintymyssuhdetoeoriaan.

9 POHDINTA

Jokaisen lasta hoitavan aikuisen ja kasvattajan tehtävänä on suojella ja turvata lapsen yksilöllinen kasvu ja kehitys. Opinnäytetyöni teoreettisen viitepohjan johtoteemana oli kiintymyssuhdeteoria sekä lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutuksen parantaminen PACE-asenteella. Nämä teemat olivat myös keskiössä perheiltöjen toteutuksessa.

Kuten aiemmin toin luvussa viisi esille kiintymyssuhteen merkityksestä, rakentumisesta ja kiintymyssuhteiden häiriöistä, on vanhemmuuden tukeminen ensisijaisen tärkeää. Lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä tuetaan parhaiten varmistamalla lapselle turvallinen kiintymyssuhde. Vanhempi luo lapselle perusturvan, ja vuorovaikutuksen kautta lapsi saa kokea olevansa rakastettu. Lapsen kehittyessä turvallisessa kiintymyssuhteessa, hänen maailmankuvastaan alkaa muodostua myönteinen. Opinnäytetyöni teoriapohjan tärkein johtoajatus oli kiintymyssuhteen merkitys tasapainoiseen mielenterveyteen. Turvallinen kiintyminen vanhempaan takaa mielenterveyden perustan ja antaa tasapainoisen pohjan aikuisuuteen. Jos lapsi joutuu kokemaan puutteita ja laiminlyöntiä perheessään, lapsen kiintymyssuhteeseen muodostuu häiriöitä.

Kiintymyssuhdehäiriöiden kirjo oli vaikeasti ymmärrettävä ja käsitteet kulkivat rinnakkain eri kiintymyshäiriöiden luokitteluissa. Erityisen haastavaa oli rajata teoriapohjan kiintymyssuhdehäiriöiden luokituksia, koska eri lähteissä puhuttiin eri nimillä eri luokituksista. Opinnäytetyössäni halusin keskittyä näihin neljään yleisesti hyväksyttyyn kiintymyssuhdemalliin, jotka Jari Sinkkonen (2012, 90) määritteli teoksessa *Nuoruusikä. Miten lapsesta tulee nuori aikuinen?* Nämä kiintymyssuhdemallit olivat: turvallinen, välttelevä, jäsentymätön ja organisoidun.

Opinnäytetyöni otsikko Tulkaa lasten kaltaiseksi on lähes suora lainaus Raamatusta. Tämä lainaus löytyy Matteuksen evankeliumista luvusta 18. Jeesusta seuraavat opetuslapset halusivat tietää, kuka tai ketkä ovat suurimpia Jumalan valtakunnassa. Jeesus kutsui lapsen luoksensa ja asetti hänet opetuslasten keskuuteen osoittaen heille, että taivasten valtakunta on lasten kaltaisen. Jeesus jatkaa sanoilla ”se joka nöyrytyy lasten kaltaiseksi, on suurin taivasten valtakunnassa.” (Matt 18:4.) Jeesus halusi osoittaa, että lapset ovat Jumalalle erityisen kallisarvoisia ja, että Hän iloitsee lapsista. Lasten vilpittömyys, rehellisyys, ennakkoluulottomuus, elämän halu ja uteliaisuus ovat arvokkaita piirteitä Jumalan silmissä. Kristillisen näkemyksen mukaan jokaisen tulisi vaalia ja pyrkiä säilyttämään näitä piirteitä myös aikuisuuteen. Samassa Matteuksen luvussa käsitellään myös lasten suojelemista. Yksi tärkeimmistä tavoitteista kristillisessä kasvatuksessa on se, että lapsi saa kasvaa turvallisessa ja rakkauden täytteissä ympäristössä ja kehittyä rauhassa omaksi itsekseen.

Opinnäytetyön tekeminen eri vaiheineen oli minulle hyvin erityinen mutta haastava prosessi. Kiintymyssuhdeteoria ja erityisesti psykologi Daniel A Hughesin käsitykset ja hänen kirjoittamat teokset olivat mielenkiintoisia luettavaa. Hughesin teoksissa oli paljon esimerkkitapauksia, jotka avasivat PACE-asennetta ja millä keinoin PACE-asenne mahdollistaa syvemmän kohtaamisen vuorovaikutustilanteissa. Haastavaa oli rajata kaikkea sitä tietomäärää, mitä kiintymyssuhteesta oli tutkittu ja kirjoitettu. Opinnäytetyöni kirjallisuuden rajaaminen tuottikin vaikeuksia koko opinnäytetyön prosessin aikana.

Luvussa seitsemän ja kahdeksan käsittelin DDP- kehityspankoterapia-menetelmää ja PACE-asennetta. PACE-asenteessa on kysymys yhteydestä ei tottelemisesta, ja se pohjautuu syvempää ymmärtämiseen ja kohtaamiseen. PACE-asenne heijastuu aina enemmän katseesta, äänestä, ilmeistä, eleistä, kosketuksesta ja myötätunnosta kuin sanoista.

Työni puolesta olen päässyt mukaan DDP-terapia käynneille ja käytännössä havainnoimaan miten DDP- terapeutti käyttää PACE-asennetta asiakkaan kanssa toimimisessa. Leikkisyys ja uteliaisuus näyttävät merkittävänä osana terapia käyntiä ja yhteyden luominen on koko

ajan keskiössä. Näkemykseni mukaan PACE-asette on toiminut työssäni monenlaisissa vuorovaikutustilanteissa, ja erityisesti leikkisyys ja huumori ovat avanneet yhteyttä toisiin.

Opinnäytetyöni oli toiminallinen ja tavoitteena oli kehittää Järvi-Kuopion seurakunnan perhetyötä. Varasuunnitelma oli luoda Järvi-Kuopion seurakunnalle materiaalia DDP-vuorovaikutteisesta kehityopsykoterapiassa ja PACE-asetteesta, jos perheiltoihin ei osallistujia olisi tullutkaan. Tätä materiaalia en ryhtynyt kuitenkaan toteuttamaan, koska opinnäytetyöni käytännön toteutus onnistui ja opinnäytetyöni rajaaminen oli jo tässä vaiheessa haastavaa.

Palautteista kävi ilmi, että perheille on selvästi tarvetta ja iltoja pidettiin monipuolisina ja kiinnostavina. Palautteen mukaan kiintymyssuhdeteoria koettiin merkityksellisenä ja tärkeänä aiheena, ja keskustelua syntyi molemmissa illoissa hyvin. Näkemykseni mukaan seurakunnalla on tärkeä rooli perheiden parissa toimijana monenlaisissa elämäntilanteissa. Koen opinnäytetyö-prosessini osaltaan osoittaneen, että kiintymyssuhteeseen pohjaavalla perhetyöllä on mahdollista tavoittaa perheitä yhteisistä kasvatustavoista keskustellen ja yhteisöllisyyttä samalla luoden.

LÄHTEET

- Alopaeus-Karhunen, P. & Wennermark, P-L. 2004. Lapsityön käsikirja. Jyväskylä: Kirjapaja Oy.
- Becker-Weidman, A. & Shell, D. 2014. Auta lasta kiintymään. Tampere: PT-Kustannus.
- Bowlby, J. 1979. The making and breaking of affectional bonds. London: Tavistock Publications.
- Cacciatore, R. 2010. Lapsi ja perhe. Teoksessa, Jokela, E. & Pruukki, H. (toim.) Jo iso vielä pieni. Helsinki: LK-kirjat/Lasten keskus Oy.
- Golding, K-S. 2014. DDP-käsikirja. Hoitava kiintymys- terapeutin vanhemmuus. Tampere: PT-kustannus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hughes, D. 2015. Kiintymyskeskeinen perheterapia. DDP-työkirja. Tampere: PT-Kustannus.
- Hughes, D. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Tampere: PT-Kustannus.
- Jansa, K. 2010. Varhaisnuorisotyö seurakunnissa. Teoksessa, Jokela, E & Pruukki, H. (toim.) Jo iso vielä pieni. Jyväskylä: LK-Kirjat/Lasten Keskus Oy.
- Keisala, S., Matikka, J., Tahkola, S., Muukkonen, T. & Sellergen, H. 2016. Väkivalta ja laiminlyönti kasvatuksessa. Virtuaalikirja. Saatavissa: <https://virtuaalikirja.fi/ensijaturvakotien-liitto/kirjat/vakivalta-ja-laiminlyonti-tunnista-ja-puutu/sisalto/#last>. Viitattu 16.4.2018
- Kinnunen, S. 2011. Lapsen usko. Miten tukea lapsen hengellistä kasvua? Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.
- Kirkon perhetyö. 2013. Saatavissa: <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content386525>. Viitattu. 16.4.2018.
- Korhonen, M. & Luoma, I. 2017. Äidin masennuksen vaikutus lapsen kehitykseen. Lääkärilehti 15/16, 1005-1009d.
- Kuopion ev.lut.seurakunnat. Saatavissa: <http://www.kuopionseurakunnat.fi/jarvi-kuopion-seurakunta/meidan-seurakunta>. Viitattu: 10.4.2018.

- Lehtovirta, M. & Peltola, L. 2012. Ihminen mielessä. Psykologian perusteet lähihoitajalle. Porvoo: Bookwell Oy.
- Lyytinen, P., Korkiakangas, M. & Lyytinen, H. 2006. Näkökulmia kehityopsykologiaan. Helsinki: Werner Söderström Oy.
- Lundberg, T. 2011. Lasten kasvatustallit periytyvät. Yle. Saatavissa: <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2011/05/11/lastenkasvatustallit-periytyvat>. Viitattu: 19.4.2018.
- Mattila, K-P. 2007. Arvostava kohtaaminen. Arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. Juva: WS Bookwell Oy.
- Minäkö perhetyöntekijänä? 2009. Suomen evankelisluterilaisen kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2009:10. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Bookwell Oy.
- Sinkkonen, J. Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Katsaus. Saatavissa: <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94437.pdf>. Viitattu 5.6.2018.
- Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.
- Sinkkonen, J. 2012. Nuoruusikä. Miten lapsesta tulee nuori aikuinen? Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Sinkkonen, J. & Korhonen L. 2015. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Sääski, P. 2008. Nuoren kehitys ja mielenterveys. Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat/Lasten Keskus Oy.
- Tietotaito Group. DDP vahvistaa kiintymyssuhdetta. Saatavissa: <http://www.tietotaito-group.fi/yksiloille-ja-perheille/psykoterapia/ddp-vuorovaikutusterapia/>. Viitattu 19.4.2018.
- Tuusniemi muuttuu moneksi. Saatavissa: <https://www.tuusniemi.fi/documents/7646151/7758409/Tuusniemen+kirkko-esite/6fbce8e8-b5f7-4ce9-b0e1-8578523ed733>. Viitattu 16.4.2018.
- Vilén, M. Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä. Helsinki: Kirjapaja.
- Väliavaara, C. 2016. Mikä mättää? Päiväkotij ja koulu traumatisoituneen lapsen arjessa. Saatavissa: <https://www.avi.fi/documents/10191/5501603/V%C3%A4liavaara/e2642ea9-a60d-440d-8210-21c6e9c6c0c8>. Viitattu 19.4.2018

Väestöliitto. Kiintymyssuhdeteorian lähtökohtia. Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/tietoa_parisuhdeammattilaisille/pariterapian_teorioita/kiintymyssuhdeteoria/kiintymyssuhdeteorian_lahtokohti/. Viitattu: 19.4.2018.

Väliavaara, C. 2010. Ihmeet tapahtuvat arjessa. – kiintymyssuhteissaan traumatisoituneiden lasten tukeminen varhaiskasvatuksessa. Saatavissa: http://sijoitettulapsikoulussa.fi/wp-content/uploads/2014/04/traumatisoitunut_lapsi_varhaiskasvatuksessa.pdf. Viitattu: 29.4.2018.



PERHEILTA

Tuusniemen srk-kodissa

ke 14.3. klo 17.30

Keskustelutilaisuus lasten ja nuorten kasvatusasioista
kiinnostuneille.

Lapset voi tulla mukaan.

Ohjaajina ovat:

opiskelija Tiina Ylivainio ja
nuorisotyönohjaaja Markku Holopainen

Tervetuloa!

Järvi-Kuopion seurakunta

PALAUTELOMAKE

LIITE 2/1

1. Sukupuoli

☐ Nainen ☐ Mies

2. Perheessäni on lapsia

☐ Ei

☐ Kyllä

Lapsien lukumäärä _____

3. Perheeni lasten iät

☐ 0-6-v

☐ 7-14-v

☐ 15-18V

☐ täysi-ikäinen

4. Ikäni

☐ 18-29 vuotta

☐ 30-45 vuotta

☐ 46-62 vuotta

☐ Yli 63 vuotta

5. Mistä sait tietää ryhmästä?

☐ Kuulin tuttavalta

☐ Seurakunnan omilta sivuilta

☐ Muualta internetistä, mistä? _____

☐ Jostain muualta, mistä? _____

6. Arvioi seuraavia perheiltään liittyviä asioita.





	1=Täysin eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Täysin samaa mieltä
Ryhmän ohjaus oli osaavaa.				
Perheillan tilat olivat käytännölliset.				
Ryhmäkertojen sisältö oli hyvin suunniteltu.				
Toiminta oli mielekästä.				
Ilta vastasi odotuksiani.				
Perheillan sisältö oli mielenkiintoinen.				
Sain perheillasta uutta tietoa/mielenkiintoista sisältöä arkeen.				

(Perheillan tavoite oli antaa tietoutta kiintymyssuhteen merkityksestä). Perheilta vastasi tähän tarkoitukseen.				LIITE 2/2
Minulle DDP ja PACE-asenne ovat jo ennestään tuttuja.				

7. Voit halutessasi kommentoida edellisiä vastauksiasi.

8. Miten kehittäisit illan sisältöä ja toimintaa?

9. Kannattiko ryhmään osallistuminen?

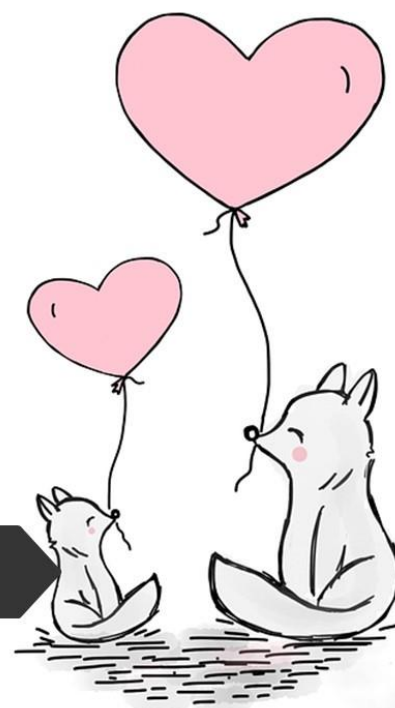
<input type="checkbox"/> Ei 	<input type="checkbox"/> No-jaa 	<input type="checkbox"/> Joo 	<input type="checkbox"/> Ehdottomasti 
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

10. Muita terveisiä järjestäjille tai ryhmän vetäjälle.

KIITOS PALAUTTEESTA!

KIINTYMYSSUHDETEORIA

Kiintymyskokemus vaikuttaa läpi elämän.



Miksi
kiintymys
on niin
tärkeää?

Terve ja turvallinen kiintymyssuhde välttämätön, jotta lapsen koko älyllinen potentiaali pääsisi kehittymään.

Kiintymysjärjestelmä on biologiaan perustuva, se varmistaa näin ihmisen eloonjäämisen.

Terve ja turvallinen kiintyminen on lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen perustava voima ja se ennaltaehkäisee mielenterveysongelmia.

Terve
kiintyminen
näky
käytöksessä
läpi
elämän.

Vaikuttaa tunteiden säätelyyn laaja-
alaisesti: kyky hallita pelkoa, ahdistusta,
stressiä ja pettymystä.

Kyky empatiaan, syy- ja seuraussuhteen
ymmärtäminen.

Maailmankuvasta kehittyy positiivinen.

Kykenee luomaan pysyviä ihmissuhteita.

Turvallisesti kiintynyt lapsi luottaa tunteeseen ja tietoon
ja lapsi kykenee ilmaisemaan tarpeensa suoraan.
Vanhempi tarjoaa sensitiivistä huolenpitoa, ja
tynnyttelyä, kun siihen on tarvetta.



Miten luodaan terve kiintymyssuhde?

- Kaiken perusta on RAKKAUS!
- Lapsen tarpeisiin vastaaminen, herkkyys havaita tarpeita. Sensitiivisyys.
- Kodin positiivinen ilmapiiri ja kannustus.
- Katse, kosketus, hyväksyntä, turvallisuus, empatia, lohdutus, ymmärrys, hoiva ja tunneyhteys.
- Selkeät ja johdonmukaiset rajat.



Pikkulapsen hoivaa koskevia myyttejä!

- Älä pidä lasta liikaa sylissä, lapsi tottuu tähän ja lapsi vaatii enemmän.
- Pieni lapsi tarvitsee ryhmäkasvatusta (ikätoverit).
- Ero lapsesta sekä lapsen kokema ikävä ja suru vahvistavat lapsen henkistä kypsyyttä.
- Ruoki vauvaa neljän tunnin välein!
- Vierastaminen ei ole normaalia lapsen käytöstä, reippaus on hyve!
- Ihailu ja kehu kasvattavat lapsesta narsistin.

Kaunis katse on asenne.

- Arvostava katse mahdollistaa nähdyksi tulemisen ja se sisältää hyväksyntää, luottamusta, arvostusta, toivoa, anteeksi antoa, vahvuutta ja iloa.
- Lapsi etsii viestiä katseesta ja katse rakentaa lapsen omanarvontuntoaan.



Lapsi tarvitsee sitä, että häntä katsotaan kauniisti, arvostavasti ja avoimesti.

Lapsi etsii läheisen aikuisen katseesta vahvistusta sille, että hän on rakastettu ja hyväksytty.

Ihailu ja toivon ylläpitäminen rakentavat lapsen elämää.

Nähdyksi tuleminen omana itsenään antaa lapselle tilaa kasvaa ja rohkaisee lasta iloitsemaan elämästään.

Hellyydenkipeyttä!

- Milloin viimeksi sinua on halattu?
- Muistatko hetken jolloin olet istunut äitisi tai isäsi sylissä?
- Muistatko lohduttavan halauksen tai kosketuksen?
- "Nujuaminen".

DDP, vuorovaikutteinen kehitysterapia.

- Dyadic Developmental Psychotherapy. Tri Daniel A. Hughesin kehittämä hoitomalli 1980-luvulta lähtien.
- Terapiahoitomuoto on kehitetty ensisijaisesti traumoja kokeneiden adoptio- ja sijaisten hoitoon. DDP-hoitomallin pohjana on kiintymyssuhdeteoria.
- DDP-terapia kehittyy koko ajan edelleen.


Kysymys yhteydestä, ei tottelemisesta.

- Kaikki ihmissuhteet perustuvat yhteyteen ja kokemukseen.
- Kyllä totteleminenkin on tärkeää, mutta yhteys ja suhde ovat todellisen tottelemisen lähtökohta.
- Yhteyden kautta, lapsi sisäistää vanhempiensa "äänen".
- Lähtökohtana on siis syvempi ymmärrys.

PACE/PLACE-asenne kasvatuksessa.

- PACE= Playful, Accepting, Curious, Empathic (leikkisä, hyväksyvä, utelias, empaattinen).
- PLACE= Playful, Loving, Accepting, Curious, Empathic (leikkisä, rakastava, hyväksyvä, utelias ja empaattinen).
- Yhteyden luomista lapseen.





Ehdotonta rakkautta ilmaistaan leikkisyyden, hyväksynnän, uteliaisuuden ja empatian kautta. Tämä ei muuta sitä, mitä haluamme tai jopa edellytämme lapsiltamme, mutta se tarjoaa erilaisen tavan ilmaista se.

*Kun pysähtyy olemaan utelias, hyväksyy lapsen sisäisen maailman ja ymmärtää, kuinka se vaikuttaa hänen käyttäytymiseensä, meillä on syvemmin empatiaa ja luottamusta häntä kohtaan.
(Becker-Weidman 2014, 245.)*

Mahdollistaa ilmaista pehmeyttä ja ymmärrystä kurinpidossa.

Kurinpito tulisi alkaa empatialla ja lämmöllä lasta kohtaan.

Ilman empatiaa kurinpidosta tulee nopeasti vihaista ja hyökkäävää, joka saattaa nostattaa lapselle häpeän tunnetta.



PACE-
asenne ja
kurinpito?



Muutos omassa asenteessani!

- Saan olla herkkä ja leikkisä oma itseni.
- Auktoriteettini ei katoa, jos myönnän virheeni.
- Armollisuus niin lapsia kuin itseäni kohtaan.
- Rentous.
- Muutos tapahtuu hitaasti.
- En provosoidu niin helposti.
- Turhat säännöt pois, vältän valtataistelua!
- Lempeys, myötätunto ja ymmärrys lisääntynyt.

LÄHTEET

Becker-Weidman, A. 2013. DDP-Aapinen vuorovaikutteinen kehityopsykoterapia pähkinäkuoressa. Tampere: Tammerprint Oy.

Blomster, S. 2014. Kelpaanko minä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Golding, K-S. 2014. Hoitava kiintymys terapeuttinen vanhemmuus. Tampere: Tammerprint Oy.

Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys.

TUNNEYHTEYS

Leikkisyys luo yhteyttä lapseen.

Kiintymyssuhdetta voidaan verrata talon perustukseen.

- Talon perustuksen lujuus on tukevan talon edellytys, niin myös turvallinen kiintymyssuhde luo aikuisen mielenterveyden perustan.
- Turvallinen kiintymyssuhde rakentuu: rakkaudesta, tarpeisiin vastaamisesta, katseesta, kosketuksesta, hyväksynnästä, empatiasta, turvallisuudesta, johdonmukaisuudesta, ymmärryksestä, kannustavasta ilmapiiristä ja selkeistä rajoista.



PACE/PLACE-ASENTEEN KERTAUS!

- PACE= Playful, Accepting, Curious, Empathic (leikkisä, hyväksyvä, utelias, empaattinen).
- PLACE= Playful, Loving, Accepting, Curious, Empathic (leikkisä, rakastava, hyväksyvä, utelias ja empaattinen).
- Yhteyden luomista lapseen.



TUNNEVIRITTÄYTYMINEN

- Tunnevirittäytyminen alkaa heti vauvan ja vanhemman vuorovaikutuksesta.
- Vuorovaikutus perustuu pitkälti katsekontaktiin, ilmeisiin, hymyyn, äänensävyyn, eleisiin, kehon liikkeisiin ja kosketukseen.
- Tunnevirittäytyminen on tunnetilojen jakamista. "Oi taidat olla surullinen", "höh, näen, että sinua harmittaa"
- Lapsi löytää äitinsä ja itsensä.

LEIKKISYYS, KÖRÖ KÖRÖ KIRKKOON

- Heijastuu aina ilona lapseen.
- Iloa, nautintoa toistensa seurassa.
- Leikkisyydellä ei tarkoiteta tässä yhteydessä sopivien lelujen hankintaa ja aktiviteettien tarjoamista vaan se on enemmänkin turvallisuuden tunnetta.
- Vähän leluja ja paljon vuorovaikutusta.
- Leikkisyys on esimerkiksi: yhteistä höpötystä, naurua, iloa, saippuakuplien puhallusta, tarinoita, loruja, iltasatuja, hiusten laittamista tai vaikkapa ilmapalloilla pomputtelua.

LEIKKISYYS ON AVAIN TUNNEYHTEYTEEN

- Lapsi joka osaa olla leikkisä, kykenee yhteyteen toisten kanssa.
- *"Ilo ja leikki ovat suojelevia: kun nauramme avioissamme on aktiivisena silloin eri alue kuin silloin, kun koemme häpeää". (Golding, 2014.)*
- *Lapsi saa kokemuksen ehdottomasta rakkaudesta, lapsi oppii ymmärtämään oman ainutlaatuisuuden.*
- Vahvistaa itsetuntoa.

LEIKKISYYS VÄLITTÄÄ TUNTEEN LUOTTAMUKSESTA JA TOIVOSTA

- Huumori auttaa katsomaan tapahtumia uudesta näkökulmasta.
- Leikkisyyttä voi oppia ja harjoitella.
- Leikkisyys voi jatkua läpi elämän.



DDP-AJATUKSIA

- Leikkisyys vähentää lapsen puolustuskannalla olemista, vastuunottaminen teoista tuntuu lapsesta luontevammalta.
- Myönnä omat virheesi. Vanhemmat jotka myöntävät omat virheensä, eivät todennäköisesti suhtaudu itseensä ja virheisiin liian vakavasti.
- Säilytä avoin ja ennakkoluuloton mieli.
- Pyri säilyttämään leikkisyys aina kun se vain on mahdollista.

LEIKKISYYDEN VASTAKOHTA ON HÄPEÄ

- Häpeään sisältyy kolme elementtiä: havaittuna oleminen, torjutuksi tuleminen ja kääntyminen itseä ja häpeän todistajia vastaan.
- Häpeä kohdistuu omaan itseensä ja syyllisyys taas kohdistuu käyttäytymiseen.
- Kolme tärkeää asiaa, jotka auttavat lasta oppimaan häpeän tunteen säätelämisessä. 1. Virittäytyminen. 2. Rajojen asettaminen. 3. Vuorovaikutuksen korjaaminen.

KÄSITTELEMÄTÖN HÄPEÄ

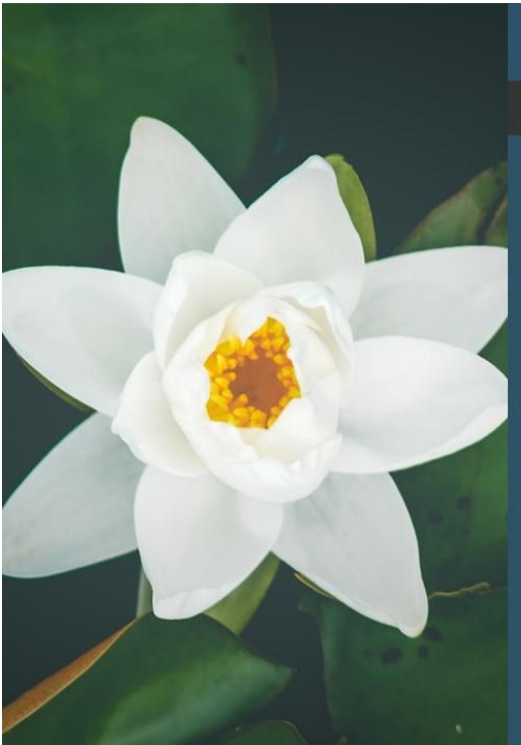
- Väärä häpeä hidastaa henkistä kasvua ja estää omaksi itsekä tulemisen.
- Käsittelemätön häpeä vahvistaa: täydellisyteen pyrkimistä, kateutta, vertailemista, suorittamista ja masentuneisuutta.
- Kelpaamattomuutta poteva sairastaa kroonista rakkausanemiaa.

HÄPEÄÄN LIITTYVIÄ TUNTEITA

- Riittämättömyys
- Kykenemättömyys
- Mitättömyys
- Vähäpätöisyys
- Torjutuksi tulon kokemus
- Arvottomuus
- Heikkous
- Avuttomuus
- Kokemus erilaisuudesta
- Epäonnistumisen tunne
- Aloite kyvyttömyys

VAPAUTEEN HÄPEÄSTÄ

- "Turhasta häpeän taakasta vapautuu vain, kun uskaltaa paljastaa inhimillisyytensä. Se tarkoittaa oman epätäydellisyytensä ja heikkoutensa myöntämistä ja hyväksymistä. On annettava itselleen anteeksi ja opeteltava rakastamaan itseään sellaisena kuin on, keskeneräisenä ihmisenä."
- Häpeän pahin pelko on päivänvalo.
- Puhuminen ja jakaminen vapauttavat häpeästä.



EMPATIA KÄYTTÖÖN

- Empatiasta ja myötätunnosta on paljon enemmän apua, kuin uskotaan.
- Empatian esteitä ovat: järkeily, ongelmanratkaisu, opettaminen, korjaaminen ja pelastaminen. Jos pystymme lykkäämään tällaisia reaktioita, silloin reitti on vapaa empatialle.
- Järkeilystä on toki apua, mutta se tehoaa vasta, kun lapsi on ensin saanut kokea ymmärrystä, lohdutusta ja hyväksyntää.

LÄHTEET

- Becker-Weidman, A. 2013. DDP-Aapinen vuorovaikutteinen kehityopsykoterapia pähkinänkuoressa. Tampere: Tammerprint Oy.
- Blomster, S. 2014. Kelpaanko minä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Golding, K-S. 2014. Hoitava kiintymys terapeuttinen vanhemmuus. Tampere: Tammerprint Oy.
- Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys.



JUURI SINÄ OLET IHME.

RAAMATUN KÄSITYS IHMISYYDESTÄ JA KASVUSTA

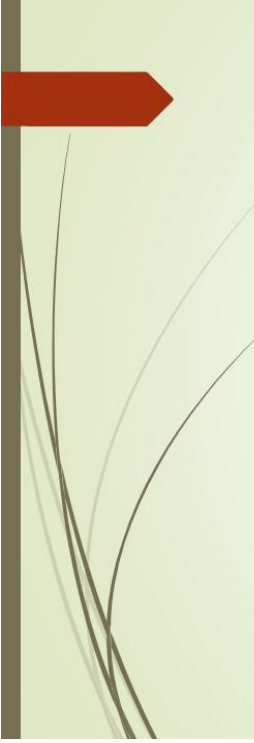
Jumala katsoo jokaista lastaan
rakastavasti.

Jumala loi ihmisen omaksi kuvakseen. 1.Moos1:26

Jumala lunasti ihmisen. Room5:8

Jokainen on ainutlaatuinen ihme. PS.139:14-17

On kunnia olla hänen lapsensa. 1.Joh3:1-2



Olen hieno sillä, sinä olet minut luonut.
Olen arvokas, sillä sinä rakastat minua.
Kaunis olen silmissäsi ja jalokivi
kädessäsi. Siksi ei väliä, jos joku ei anna
minulle arvoa tai pitää minua typeränä.
Sydämeeni kuiskaa totuuden: olen
kultaakin arvokkaampi. Olen silmäteräsi,
salainen aarteesi. Iloitset minusta.
Tahdon kiittää sinua niin kauan kuin
elän ja aina muistaa kuka minä olen.
(Margetta Melin, käännös Manova
Vikström-Jokela.)